เปลื้อง [illegible]

อนุสรณ์ฌาปนกิจศพ

นางเปลื้อง อุตรวิเชียร

วันเสาร์ที่ ๒๕ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๑๙

เจ้าภาพขอขอบพระคุณอย่างสูง ต่อคณะนายแพทย์และพยาบาล ที่ได้ให้การรักษาพยาบาลคุณแม่ และขอขอบคุณคณะอาจารย์ที่ได้กรุณาเขียนบทความซึ่งเป็นวิทยาทานอุทิศส่วนกุศลให้คุณแม่ พร้อมทั้งท่านที่ได้กรุณาให้เกียรติมาร่วมในงานฌาปนกิจวันนี้ หากมีข้อบกพร่องประการใด กราบขออภัยไว้ในที่นี้ด้วย



นางเปลื้อง อุตรวิเชียร

ชาตะ *พ.ศ. 2454*

มต *24 ธันวาคม 2518*





สามี ญาติพี่น้อง บุตรหลาน



ครอบครัว



พี่ – สามี – ลูกหลาน



ญาติ – พี่น้อง – ลูกหลาน

ประวัติโดยย่อ
เปลื้อง อุตรวิเชียร

นางเปลื้อง อุตรวิเชียร เกิดปีกุล พ.ศ. ๒๔๕๔ ที่บ้านนางรอง อำเภอนางรอง จังหวัดบุรีรัมย์ เป็นลูกสาวคนสุดท้องของหมื่นหาญอาษา (ถัด อุดมพงษ์) และนางหงษ์ (ชูกริส ณ ราชสีมา) มีพี่น้องรวม ๔ คน คือ.—

๑. นางสองเมือง พรหมมิทธิกุล	ถึงแก่กรรม
๒. นางปลอด อุดมพงษ์	ถึงแก่กรรม
๓. นายเปล่ง อุดมพงษ์	ถึงแก่กรรม
๔. นางเปลื้อง อุตรวิเชียร	ถึงแก่กรรม

นางเปลื้อง ได้สมรสกับนายทองอุ่น อุตรวิเชียร ชาวนางรองด้วยกัน เมื่อ พ.ศ. ๒๔๗๐ มีบุตรธิดารวม ๕ คน คือ.—

๑. นายปราโมทย์ อุตรวิเชียร สมรสกับนางอนงค์ ขณะนี้ประกอบการค้าอยู่ที่อำเภอนางรอง

๒. นางละเอียด สมรสกับนายพันธุ์ ไพโรจน์กุล เป็นหัวหน้ากองป่าไม้และศิลาฝ่ายการช่างโยธากรุงเทพ ฯ

๓. นางละมัย สมรสกับนายไพศาล สิงห์น้อย ขณะนี้ประกอบการค้าอยู่อำเภอลำปลายมาศ

๔. นายแพทย์ทองอวบ อุตรวิเชียร สมรสกับนางอรพินท์ (ปฐมวาณิช) ขณะนี้เป็นหัวหน้าภาควิชาศัลยศาสตร์ คณะแพทย์ศาสต์มหาวิทยาลัยขอนแก่น

๕. นางลัดดาวัลย์ สมรสกับนายสงวน โรจนวาสี เป็นวิศวกรผู้ช่วยหัวหน้าโครงการณ์การประปานครหลวง

ลูกทั้ง ๕ มีหลานย่าและหลานยายรวม ๒๔ คน

นายทองอุ่น อุตรวิเชียร สามี ได้ย้ายไปประกอบอาชีพค้าขาย ที่ตลาดสถานีลำปลายมาศ ประมาณสิบปี จึงได้มอบให้ลูกสาวดำเนินการต่อ ส่วนตนและสามีย้ายไปดำเนินธุรกิจการค้าที่โรงเลื่อยจักรเพ็ชรอำเภอปากช่อง และพำนักอยู่ที่นั่นตลอดมา

นางเปลื้อง อุตรวิเชียร เป็นที่รู้จักดีในวงการธุรกิจการค้า และกลุ่มการกุศลทั้งที่อำเภอนางรอง อำเภอลำปลายมาศ และอำเภอปากช่อง

ในระหว่างสงครามโลกครั้งที่สอง สามีไปดำรงตำแหน่งผู้จัดการบริษัทจังหวัดบุรีรัมย์ ก็ได้ดูแลกิจการค้าแทนสามีด้วยความสำเร็จเรียบร้อย ตลอดเวลาที่ผ่านมาได้ช่วยเหลือสงเคราะห์ญาติและคนยากจน โดยฉะเพาะงานสาธารณะกุศลในท้องที่ด้วยแล้ว จะขอเข้ามีส่วนร่วมด้วยเสมอ จึงเป็นที่รักใคร่เคารพนับถือของคนทั่วไป

นางเปลื้อง อุตรวิเชียร เป็นคนยึดมั่นเลื่อมใสศรัทธาในพระพุทธศาสนา ได้นำลูกหลานทำนุบำรุงวัด ทอดกฐินมิได้ขาด ได้พร่ำสอนและเป็นตัวอย่างให้ลูกหลานยึดมั่นในความกตัญญูกตเวทิตาต่อบุพการี และผู้มีพระคุณ โดยปกติเป็นคนคล่องแคล่วแข็งแรง เคยวิ่งชนะการแข่งขันงานกุศลให้อำเภอมาแล้ว ต่อมาน้ำหนักตัวเพิ่มขึ้นตามอายุ เริ่มมีโรคปวดเข่าความดันโลหิตสูง และโรคเบาหวานด้วย ก็ได้รับการรักษาพยาบาลจากนายแพทย์ทองอวบ อุตรวิเชียร บุตรชายตลอดมา

เมื่อวันที่ ๑๓ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๑๘ ได้เป็นลมล้มลง สามีได้นำส่งโรงพยาบาลเซนต์แมรี่ ที่จังหวัดนครราชสีมา ได้โทรศัพท์ทางไกลให้นายแพทย์ทองอวบ และลูก ๆ ทุกคนทราบ นายแพทย์ทองอวบ ได้รีบเดินทางจากจังหวัดขอนแก่น มาตรวจอาการปรากฏว่าเส้นโลหิตในสมองแตกเป็นอัมพาตไปซีกหนึ่งของร่างกาย รักษาอยู่ที่โรงพยาบาลเซนต์แมรี่ ๒๓ วัน จึงได้นำมารักษาที่โรงพยาบาลศิริราช โดยอยู่ในห้องฉุกเฉินตลอดเวลา ๒๑ วัน

สุดความสามารถที่แพทย์จะช่วยไว้ได้ ในที่สุดก็จากไปด้วยอาการสงบในวันที่ ๒๔ ธันวาคม ๒๕๑๘ เวลา ๒๑.๓๐ น. ท่ามกลางความวิปโยคของครอบครัวและญาติมิตรทุก ๆ คน สิริอายุได้ ๖๕ ปี.



ทูลเกล้า ฯ ถวายเงินโดยเสด็จพระราชกุศล

ในวโรกาศที่สองล้นเกล้า ฯ เสด็จ ฯ ไปทรงบำเพ็ญพระราชกุศล ถวายผ้าพระกฐิน

ณ วัดวชิราลงกรณ์ อ. ปากช่อง จ. นครราชสีมา



ทูลเกล้าฯ ถวายเงินโดยเสด็จพระราชกุศล ในวโรกาสที่สมเด็จพระบรมราชินีนาถ
เสด็จฯ ไปทรงบำเพ็ญพระราชกุศล ถวายผ้าพระกฐิน
ณ วัดวชิราลงกรณ์ อ. ปากช่อง จ. นครราชสีมา

ในโอกาสนี้เจ้าภาพขอเรียนเชิญท่านผู้มีเกียรติ

ร่วมฌาปนกิจศพ

นายมณฑล ไพโรจน์กุล

(หลานยาย) ด้วย



นายมณฑล ไพโรจน์กุล

ชาตะ *31 สิงหาคม 2497*

มรณะ *6 กุมภาพันธ์ 2519*



ประวัตินายมณฑล ไพโรจน์กุล

มณฑล (อ๊อดแอ๊ด) ไพโรจน์กุล เกิดวันจันทร์ที่ ๓๐ สิงหาคม พ.ศ. ๒๔๙๗ ที่อำเภอบ้านไผ่ จังหวัดขอนแก่น ในขณะที่บิดาดำรงค์ตำแหน่ง เป็นสารวัตรบำรุงทางทางการรถไฟ ที่นี่

เมื่อเป็นเด็ก อ๊อดแอ๊ด แข็งแรงกว่าพี่น้องทุกคน เพราะรูปร่างอ้วนท้วนสมบูรณ์ น่ารักน่าชังมาก จึงเป็นดวงตา ดวงใจ ของคุณย่า และพ่อแม่ ญาติพี่น้องทุกคน แทบจะไม่เจ็บไข้ได้ป่วยเลย ตั้งแต่เล็กจนโตเป็นหนุ่ม

ต่อมาได้เรียนหนังสือที่ ร.ร. ปานะพันธ์วิทยา ลาดพร้าว จนจบ ม.ศ. ๕ แล้วเข้าเรียนต่อที่มหาวิทยาลัยรามคำแหง แผนกเศรษฐศาสตร์ ปีที่ ๓

เวลาประมาณ ๗.๐๐ น. วันที่ ๖ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๑๙ เป็นวันที่เศร้าใจที่สุดของพ่อแม่ พี่น้อง เพราะอ๊อดแอ๊ดได้รับอุบัติเหตุจากกระสุนปืน ถึงแก่กรรมทันทีบนบ้านพัก

เพื่อนหลายคนที่ทราบข่าวนี้ รู้สึกสะเทือนใจ และหลั่งน้ำตาให้กับข่าวร้าย ทั้งที่บ้านและที่วัดมกุฎกษัตริยาราม

พ่อแม่พี่น้องทุกคนขอตั้งจิตอธิษฐาน ขอให้อ๊อดแอ๊ดสุดที่รัก ซึ่งประกอบกรรมดีมาโดยตลอดจงไปสู่สุขติ ในสัมปรายภพ นั้นเทอญฯ

คุณป๋า–คุณแม่ พี่และน้อง

---

* เสียงกระซิบสั่ง

สตรีนางหนึ่ง ได้สูญเสีย ลูกอันเป็นที่รักของนาง ด้วยอุบัติเหตุ ท่ามกลางความโศรกเศร้า และอาลัยรัก ก็เสมือนหนึ่งได้มีเสียงกระซิบของลูกอันเป็นที่รัก มาปลอบใจนาง ซึ่งเมื่อพูดเป็นภาษากวีก็ได้ดังนี้

แม่จ๋า แม่อย่าเสียใจ
แม้ลูกจากไกล ลูกนี้จักหมั่นมาเยือน
ลูกจะมากับแสงเดือน
มาอยู่เป็นเพื่อน ยามแม่นั่งชมจันทร์เพ็ญ

กายลูกแม่คงไม่เห็น
แต่จิตต์ลูกเร้น อยู่ใกล้กายแม่ตลอดกาล

ลูกแอบในน้ำลำธาร
ยามแม่ลงสนาน ลูกเข้าสัมผัสรัดกาย

ยามแม่ร้อนรน กระวนกระวาย
อาศัยพระพาย ลูกพริ้ว มาช่วย พัดวี

ยามแม่เงี่ยฟัง ดนตรี

มาเถิดคนดี ลูกแฝงอยู่ในสำเนียง

ฟังเถิด ว่านั่นคือเสียง

ซึ่งลูกรักเพียง ดวงใจของแม่ปลอบประโลม

ให้แม่ คลายทุกข์ คลายโทม

มนัสน้ำใจโน้ม ลูกอยู่ใกล้แม่เสมอ

ยามนิทราแม่เพ้อ

ลูกสดับ เสียงละเมอ ได้ยินทุกถ้อยทุกคำ

แม่จ๋าขอให้แม่จำ

ลูกไม่ลืมคำ อยู่ในใจแม่นิรันดร

... .

* บันทึกจากความทรงจำ "ชุมนุมจุฬา"

บัดนี้ไม่มี "เรา"

เรารู้จักกันมาแต่วัยเด็ก เมื่อแต่งงานกัน เปลื้องเป็นภรรยาที่ผมภูมิใจ เป็นคู่คิดคู่ปรึกษากันมาได้ ๔๘ ปี ได้เผชิญชีวิตและปัญหามามาก แต่ก็สำเร็จและลุล่วงเมื่อมีเปลื้องอยู่ด้วย เราเลี้ยงลูก ๕ คน เช่นพ่อ แม่อื่น ๆ ที่รักแท้และดูแลลูกมาด้วยดี รับปากแล้วหาให้ได้เสมอเมื่อลูกขอโดยไม่อิดเอื้อน

แต่...เมื่อลูก ๆ ขอให้เขียนความระลึกถึง เพื่อพิมพ์หนังสือแจกในงานศพเปลื้อง เป็นคำขอที่พ่อต้องผลัดวันลูกหลายครั้งหลายหน กับกลายเป็นงานยากยิ่งในชีวิต

ถึงความคิดถึงจะผุดขึ้นทุกชั่วโมงที่ว่างจากงาน ก่อนนอน และตื่นนอน ทุกครั้งที่มองเห็นข้าวของบ้านช่อง ถึงความคิด ความทรงจำจะเด่นชัดมากมายปานใด ก็จนปัญญาที่จะเขียนออกมาได้ จะไม่ยุติธรรมแก่เปลื้อง ถ้าจะหยิบยกเพียงบางเหตุการณ์ในเกือบ ๕๐ ปีของเราขึ้นมากล่าว ครั้นจะยืดยาวก็เสียเวลาของท่านผู้อ่านที่เคารพนับถือ ซึ่งได้กรุณาให้เกียรติที่มาในงานศพของเปลื้อง

คนวัยชราที่มีความสุขอยู่กับความหลังได้นั้น เป็นคนมีโชคมหาศาล แต่พี่หมดโอกาสนั้นเสียแล้วในชีวิตนี้ เพราะคำพูดสุดท้ายที่เปลื้องพูดด้วย เป็นความหลังฝังใจที่สุด เปลื้องจับมือพี่ไปบีบแน่น พูดออกมาไม่ชัดว่า "ลิ้นแข็ง พูดไม่ได้ เห็นจะไม่รอด" เราไม่มีโอกาสได้พูดกันอีกเลยหลังจากนั้น แม้ลูกชายที่เป็นหมอจะดูแลรักษาใกล้ชิดอย่างดีที่สุด ก็เพียงแต่เลื่อนวันสุดท้ายของแม่ออกไปได้อีก ๒ เดือนเท่านั้น

ในบั้นปลายแห่งชีวิตคู่ของเรา ลูก ๆ มีการงานแยกย้ายอยู่คนละที่ห่างไกลกันนอกจากเราจะยิ่งเห็นอกเห็นใจกันมากขึ้นตามอายุการแต่งงาน และห่วงใยซึ่งกันและกันเพราะต่างเริ่มมีโรคภัยเบียดเบียนด้วยกันแล้ว เรายังต้องรอคอยวันหยุดที่จะได้เห็นลูก ๆ หลาน ๆมาเยี่ยม

บัดนี้เปลื้องจากไปแล้ว ไม่มี "เรา" ปล่อยให้พี่ว้าเหว่หงอยเหงาต้องเข้าห้องพระอย่างน้อยวันละสองหน สวดมนต์ให้ใจสงบ อุทิศส่วนกุศลให้เปลื้อง

ความสุขที่พอมีเหลืออยู่ก็เฉพาะความหวังที่อธิษฐานว่า ชาติหน้าจะได้ร่วมชีวิตกับเปลื้องแต่ไม่รู้ว่าเมื่อไร จะมี "เรา" อีก

ทองอุ่น อุตรวิเชียร

กราบคุณแม่

เกือบปีเต็ม ที่คุณแม่ได้จากไป ผมได้ขาดความอบอุ่น ความปรานีและความห่วงใย จากคุณแม่ ขาดบุคคลที่ผมได้กราบไหว้ ทั้งเคารพ ทั้งรัก ทั้งทราบซึ้งในพระคุณ ที่จะหาผู้ใดมาทดแทนมิได้

ผมอดที่จะระลึกและลำดับเหตุการณ์ในช่วงระยะที่ผ่านมามิได้ ๑๓ ตุลาคม ๒๕๑๘ เวลาประมาณ ๒๐ น. ขณะที่ยังอยู่ในตึกของคณะแพทย์ที่ขอนแก่น คุณหมอวันชัย วัฒนศัพท์ ได้มาบอกว่า อรพินท์ โทร ฯ มาจากกรุงเทพ ฯ แจ้งว่าคุณแม่ป่วยหนัก ให้รีบโทรศัพท์ถึงด่วน

แม้จะชินต่อการบอกเล่าของการเจ็บป่วยหนักของผู้ป่วยกี่ครั้งกี่หนแล้วก็ตาม ครั้งนี้เป็นข่าวการเจ็บหนักของคุณแม่.... ขณะนั้นผมก็พอจะเดาออกว่าคุณแม่ได้ป่วยหนักด้วยโรคอะไร และโรคนี้ผมได้มีความหวั่นใจอยู่เสมอ และได้เคยเรียนให้คุณแม่ทราบแล้ว

เมื่อได้พูดโทรศัพท์กับอรพินท์แล้ว ทราบว่าจะนำคุณแม่มาที่โรงพยาบาลเซ็นต์แมรี่ก่อน เพราะจากปากช่องถึง ร.พ. เซ็นต์แมรี่ก็จะใช้เวลาประมาณ ๑ ชั่วโมงเท่านั้น ผมก็เบาใจ และนัดพบกันในคืนนั้นที่ ร.พ. เซ็นต์แมรี่

ผมมี ดร. สมบูรณ์ ได้กรุณาเป็นเพื่อนร่วมทางในคืนนั้น หลังจากที่ได้ไปปลุกเอ็กกี้ ลูกชายซึ่งกำลังหลับสนิท และบอกว่า "คุณย่าป่วยหนัก แด๊ดดี้ จะต้องไปโคราชคืนนี้ เราตื่นแต่เช้าไปโรงเรียนนะลูก" เอ็กกี้ตื่นขึ้นมางัวเงีย พยักหน้ารับคำสวัสดี แล้วก็กลับลงไปนอนอีก

ตลอดระยะทางที่ผมได้ขับรถจากขอนแก่นถึงโคราช แม้จะได้พูดคุยเรื่องอื่นกับ ดร. สมบูรณ์บ้าง แต่จิตใจนั้นยังจดจ่ออยู่กับการป่วยของคุณแม่ และก็ยังหวังว่าคุณแม่คงจะโชคดี และอาการดีขึ้นได้

ถึงโรงพยาบาลเซ็นต์แมรี่ ที่โคราชประมาณ ๑ น. ของวันรุ่งขึ้น ๑๔ ตุลาคม ๒๕๑๘ มาเซอร์ที่หอผู้ป่วยได้บอกว่าคุณแม่อยู่ห้อง ๔๐๕ ภาพที่ผมได้เห็นคุณแม่ในห้อง ๔๐๕ และหน้าตาของญาติที่อยู่ในห้อง ซึ่งแสดงออกถึงความวิตกและห่วงใยคุณแม่อย่างเห็นได้ชัด โดยเฉพาะอย่างยิ่งคุณพ่อและพี่พร

ผมได้ดูอาการของคุณแม่ ก็พอจะทราบว่าคุณแม่ป่วยหนักมาก คุณแม่หายใจลำบาก ไม่ขยับแขนขาข้างซ้าย คุณแม่มีความดันโลหิตสูง คุณแม่คงจะมีเส้นโลหิตในสมองด้านขวาและใกล้ส่วนกลางแตก ซึ่งความหวังที่จะหายนั้นน้อยเต็มที การหายใจลำบาก ซึ่งได้เดินทางจากปากช่องถึงเซ็นต์แมรี่ได้ปลอดภัย ก็คงจะเป็นเพราะได้รับการปฐมพยาบาลอย่างดี ของภรรยาคุณหมอสุชาติ ซึ่งได้กรุณาอดหลับอดนอนทิ้งบ้านตามมาส่งคุณแม่ด้วย

ในห้อง ๔๐๕ มาเซอร์ คุณพยาบาล คุณหมอบรรพต คุณหมอสมภพ และท่านผู้อำนวยการคุณหมอมณี ได้ให้การดูแลรักษาคุณแม่เป็นอย่างดี ผมแทบจะไม่ต้องทำอะไรอีกเลยในการดูแลรักษาคุณแม่

หลังจากตรวจดูคุณแม่แล้ว แน่นอนที่สุด ผมก็พอจะเดาใจคุณพ่อและญาติสนิทที่ยืนอยู่ข้าง ๆ คงจะอยากทราบความเห็นของผม เกี่ยวกับอาการของคุณแม่ แม้ผมจะมีความรู้สึกวิตกและกังวลในอาการของคุณแม่อย่างไรก็ตาม ขณะนั้นผมต้องทำใจที่ยอมรับความจริงที่ปรากฏ และอธิบายให้คุณพ่อ และญาติทราบว่า ต้องรอดูอาการไปก่อน ทั้ง ๆ ที่ผมทราบดีว่าอัตราตาย อัตราทุพพลภาพของผู้ป่วยที่มีอาการเช่นคุณแม่นี้สูงมาก

วันรุ่งขึ้น คุณแม่มีอาการดีขึ้นเล็กน้อย คุณแม่พูดไม่ได้ แต่ก็ทราบว่าผมได้มาดูแลอยู่ข้าง ๆ คุณแม่พยายามขอดินสอและกระดาษ เพื่อจะเขียนให้ทราบ คุณแม่เขียนบนกระดาษที่พอจะอ่านออกได้ว่า "แม่ ป่วย หนัก แขน ขา ตาย" ยากที่จะอดกลั้นความรู้สึกสงสารคุณแม่ต่อไปอีกได้ คุณแม่เขียนข้อความเหล่านี้ซ้ำแล้วซ้ำอีก จนผมต้องพยายามปลอบให้คุณแม่หลับตาและพักผ่อนบ้าง

อาการของคุณแม่ทรงอยู่ได้เช่นนี้ประมาณ ๓–๔ วัน แล้วก็ทรุดหนักลง คุณแม่หายใจลำบากขึ้น คุณแม่เคยเขียนหนังสือบอกความรู้สึกได้ ขณะนี้เขียนไม่ได้อีกแล้ว ผมก็อดที่จะถามคำถามตนเองอีกไม่ได้ว่า เรายังมีความหวังอีกหรือ ?

คำตอบที่ได้ขณะนั้นคือ ผมยังไม่สิ้นหวัง เพราะผมหวังเพียงให้คุณแม่ได้หายใจดีขึ้น กลืนอาหารและน้ำลายได้ มีผิวกายที่ยังอบอุ่นอยู่ พอที่ลูก ๆ จะได้สัมผัสและกราบไหว้ ลูก ๆ ก็คงจะพอใจแล้ว นี่มิใช่ความหวังที่มากมายเกินไปมิใช่หรือ?

แต่แล้วการหายใจของคุณแม่ก็เริ่มติดขัดขึ้น มีเสมหะมากขึ้น.... คำว่า "เจาะคอคุณแม่" ได้เข้ามาอยู่ในความคิดของผมแล้วตั้งแต่บ่ายของวันนั้น และพยายามบอกตนเองเสมอว่าต้องรีบทำ เพราะถ้าคำว่า "เจาะคอ เพื่อแก้ไขการติดขัดของการหายใจ" ที่เข้ามาอยู่ในความคิดของแพทย์คนใดแล้วเขาควรจะทำทันที แต่เพราะคนไข้รายนี้เป็นคุณแม่ อาจจะเป็นด้วยความสงสาร อาจจะเป็นด้วยความหวังว่าคุณแม่จะดีขึ้นเองก็ได้ จึงทำให้ผมต้องทำผ่าตัดเจาะคอคุณแม่ช้าไปเกือบ ๒ ช.ม. หลังจากที่ผมได้นึกถึงการผ่าตัดนี้

แม้การผ่าตัดเจาะคอจะมิใช่การผ่าตัดใหญ่โตอะไร และผมเองก็ทำผ่าตัดชนิดนี้กับผู้ป่วยอื่นมากมาย แต่ครั้งนี้จะต้องมาทำกับคุณแม่ด้วยตนเอง และต้องทำขณะที่คุณแม่หายใจติดขัดมาก ผมต้องยอมรับว่าผมมีความหนักใจมากทีเดียว แต่ก็อดที่จะบอกตนเองไม่ได้ว่าคุณแม่ก็เป็นคนไข้อีกคนหนึ่งเหมือนกัน ในเมื่อคนไข้อื่นเราก็พยายามทำดีที่สุดกับเขาได้ เราจะทำกับคุณแม่มิได้หรือ เมื่อพยาบาลยื่นมีดให้ผมก็อดที่จะบอกตนเองอีกไม่ได้ว่า มีดนี้ เป็นมีดแห่งความกตัญญู มีดแห่งความเมตตา และปรานีต่อคุณแม่เท่านั้น อีกใจหนึ่งก็อดที่จะนึกถึงคุณหมอประเสริฐ สุขุมและคุณ หมอชูเกียรติ์ อัศวณิชย์ เพื่อนศัลยแพทย์ที่ผมไว้ใจไม่ได้ว่า ถ้ามีเขาสองคนอยู่ที่นี่ ผมก็คงจะไม่ต้องมาทำผ่าตัดคุณแม่ด้วยตนเองในครั้งนี้ และแล้วการผ่าตัดครั้งนี้ก็เรียบร้อยดี การหายใจของคุณแม่ดีขึ้น เพราะการดูดเสมหะออกทำได้ง่ายและสะดวกขึ้น

ในการดูแลคุณแม่วันต่อ ๆ มา คุณแม่มักจะมีอาการหอบด้วยโรคหืดอยู่เสมอ และเพราะคุณแม่ยังกลืนอาหารไม่ได้ ต้องให้น้ำเกลือแทนอยู่หลายวัน เมื่อย่างเข้าอาทิตย์ที่สอง จึงจำเป็นที่จะต้องให้อาหารคุณแม่บ้าง และวิธีที่จะให้กับผู้ป่วยที่กลืนไม่ได้ก็คือ การให้โดยสายยางที่ผ่านจมูกลงไปในหลอดอาหาร และถึงกะเพาะเท่านั้น

กระนั้นก็ยังมีปัญหาเกิดขึ้นอีก แม้จะได้รับอาหารทางสายยาง คุณแม่จะมีอาเจียรออกมาเป็นครั้งคราว และเริ่มมีอาการอักเสบของจมูกและคอ

ทางแก้ไขก็คือ ทำการผ่าตัดใส่สายยางลงไปในกะเพาะอาหารโดยตรงที่ห้อง โดยไม่ผ่านทางจมูก หลังจากเจาะคอมาแล้วเพียง ๑ สัปดาห์ แต่การผ่าตัดครั้งหลังนี้ ผมรู้สึกหนักใจน้อยกว่าผ่าตัดครั้งแรก เพราะเป็นการผ่าตัดหน้าท้องไม่ได้จ้องหน้าคุณแม่อยู่ตลอดเวลาเหมือนกับการเจาะคอในครั้งนั้น

ในปลายสัปดาห์ที่ ๒ ที่คุณแม่ป่วย ผมได้เข้ามาในกรุงเทพ ฯ และได้แวะมาที่ภาควิชาศัลยศาสตร์โรงพยาบาลศิริราชก็ได้ปรารภเกี่ยวกับการป่วยของคุณแม่ กับอาจารย์ ประดิษฐ์ เจริญไทยทวี อาจารย์เกษม วรทรัพย์ และอาจารย์ชูเกียรติ อัศวณิชย์ ทั้ง ๓ ท่านมีความเห็นว่า ควรจะนำคุณแม่มาที่ศิริราช จะได้ช่วยอะไรกันได้มากขึ้น และผมเองก็มีหน้าที่รับผิดชอบทางขอนแก่นอยู่มากทีเดียว แต่ขณะนั้นคุณแม่ยังหายใจไม่ดีพอที่จะเดินทางไกลได้ ผมจึงต้องขอผลัดไปอีกสักระยะหนึ่งก่อน

เนื่องจากอาการป่วยของคุณแม่หนักมาก เพื่อป้องกันโรคแทรกซ้อน ซึ่งอาจจะเกิดขึ้นได้ง่ายมาก จึงจำเป็นต้องมีพยาบาลคอยดูแลอย่างใกล้ชิดตลอดเวลา พยาบาลที่เซ็นต์แมรี่จำนวนน้อยได้ผลัดเวรกันเฝ้าคุณแม่ตอนกลางคืน ตลอดระยะเวลา ๒ สัปดาห์เต็ม จึงจำเป็นต้องหาพยาบาลอื่นมาช่วยแบ่งเบา ภาระบ้าง แต่พยาบาลที่โคราชนั้นหาได้ยากมาก ท่านผู้อำนวยการโรงพยาบาล และคุณพยาบาลที่โรงพยาบาลนนทบุรี ได้กรุณาจัดพยาบาลเวรผลัดเปลี่ยนกันมาช่วยดูแลคุณแม่ในตอนกลางคืนอีกแรงหนึ่ง ซึ่งนับว่าเป็นความกรุณาและการเอื้อเฟื้อในยามยากที่ผมระลึกในพระคุณอยู่เสมอ

ต้นสัปดาห์ที่ ๔ การหายใจของคุณแม่ดีขึ้น และดีพอที่จะเดินทางเข้ากรุงเทพ ฯ ได้ เช้าวันอังคารที่ ๑๒ พฤศจิกายน ๒๕๑๘ ผมได้นำคุณแม่เข้ากรุงเทพ ฯ โดยรถพยาบาล หลังจากที่อาจารย์ชูเกียรติและ.... อาจารย์ประดิษฐ์ ได้กรุณาจองห้องและเตียงในหออภิบาลตั้งตรงจิตรให้

เพราะเกรงว่ารถจะติดและน้ำจะขึ้นในกรุงเทพ ฯ จึงได้ออกรถแต่เช้า ประมาณ ๕ น. ของเช้าวันนั้น ระหว่างทาง ผมได้พยายามพูดให้คุณแม่ทราบว่าเราจะเดินทางเข้ากรุงเทพ ฯ และไปโรงพยาบาลศิริราช แต่ผมไม่แน่ใจว่า ขณะนั้นคุณแม่จะรับทราบได้หรือไม่ คุณแม่หลับมาตลอดทาง และจำเป็นต้องดูดเสมหะให้เพียง ๓–๔ ครั้งระหว่างทางเท่านั้น เมื่อรถมาถึงแก่งคอย สายพานรถไดขาดครั้งหนึ่งรถต้องหยุดและเสียเวลาเปลี่ยนสายพานอยู่ประมาณ ๒๐ นาที จึงเดินทางต่อมาได้ เมื่อเข้าถึงกรุงเทพ ฯ ปรากฏว่าน้ำท่วมทางขรุขระรถกระเทือนมาก แต่คุณแม่ก็รู้สึกจะอดทนเป็นพิเศษในวันนั้นเราถึงศิริราชเวลาประมาณ ๑๐.๓๐ น. ซึ่งช้ากว่าที่กำหนดไว้เกือบ ๒ ช.ม.

เมื่อคุณแม่ถึงศิริราช ทุกคนก็รู้สึกเบาใจขึ้น คุณแม่เข้าไปอยู่ในหออภิบาลตั้งตรงจิตร ผมได้ไปพบกับอาจารย์วิชัย บำรุงผล เพื่อฝากคุณแม่ให้อยู่ในความดูแล ฯ ของอาจารย์วิชัย และได้พบกับคุณหมอวรวุฒิ จรรยาวณิชย์ คุณหมอรุ่นน้องซึ่งเคยเป็นศิษย์เก่าอัสสัมชัญ ศรีราชามาด้วยกัน ผมรู้สึกเบาใจขึ้น เพราะแน่ใจว่าคุณแม่จะได้รับการดูแลที่ดีที่สุด

หลังจากนั้นผมต้องเดินทางกลับขอนแก่น และมีโอกาสเข้ากรุงเทพ ฯ เพื่อเยี่ยมดูอาการของคุณแม่ทุกเสาร์ทุกอาทิตย์เท่านั้น ทุกครั้งที่ผมเข้ามา ผมก็อดที่จะชื่นชมการพยาบาลที่คุณพยาบาลในหออภิบาลได้ให้กับคุณแม่เป็นอย่างดีมิได้ ทุกครั้งที่ผมเข้ามากรุงเทพ ฯ ก็จะได้พูดคุยเกี่ยวกับอาการของคุณแม่กับคุณหมอวรวุฒิ และแพทย์ประจำบ้านที่ดูแลคุณแม่ และเห็นใจคุณหมอวรวุฒิเป็นที่สุดที่จะต้องมารับภาระนี้ เพราะการดูแลรักษาผู้ป่วยซึ่งเป็นบิดามารดาของเพื่อนหมอด้วยกัน นับว่าเป็นภาระรับผิดชอบที่มีความลำบากใจในการตัดสินใจมากมิใช่น้อย

ตลอดเวลา ๓ สัปดาห์ในหออภิบาลที่ศิริราช คุณแม่หอบน้อยลง แม้จะต้องใช้เครื่องช่วยหายใจอยู่เป็นครั้งคราว และแล้วโรคแทรกซ้อนก็เกิดขึ้นอีก สายยางในกระเพาะอาหารหลุด มีอาหารรั่วเข้าไปในช่องท้อง ครั้งนี้คุณหมอชูเกียรติ อัศวณิชย์ ได้กรุณารับภาระเป็นผู้ผ่าตัดและล้างช่องท้องให้คุณแม่ หลังจากนั้นอาการของคุณแม่ก็ทรงต่อมาอีก ๒ สัปดาห์ คุณแม่เริ่มมีอาการแทรกซ้อนเกี่ยวกับไตและหัวใจคุณแม่บวมขึ้นปัสสาวะน้อยลง คุณหมอวรวุฒิได้ปรึกษาอาจารย์ ทางหน่วยโรคหัวใจและหน่วยไต มาให้การดูแลรักษาคุณแม่ด้วย ผมได้ให้ความมั่นใจกับคุณหมอวรวุฒิว่า ผมได้มอบความไว้วางใจให้ และให้ดำเนินการตามแต่จะเห็นสมควร ผมคิดว่าเรารู้ใจและความรู้สึกซึ่งกันและกัน

ระยะที่คุณแม่ป่วยอยู่ที่ศิริราชนี้ คุณพ่อมาเยี่ยมคุณแม่ได้น้อยครั้ง และเพียงในระยะเวลาอันสั้นเท่านั้น เพราะคุณแม่ต้องอยู่ในห้องรวมในหออภิบาล คุณพ่อได้แสดงความเป็นห่วงว่าคุณแม่จะว้าเหว่เพราะไม่ได้เห็นญาติ ๆ

วาระสุดท้ายของคุณแม่ ผมได้ถูกตามให้เข้ากรุงเทพ ฯ ด่วนจากขอนแก่น ว่าคุณแม่อาการหนักขึ้นเช้าวันที่ 24 ผมได้มาดูคุณแม่ในหออภิบาล คุณแม่ไม่รู้สึกตัวเลย ผมได้พบกับอาจารย์วิชัย และเรียนให้อาจารย์ทราบว่า ผมจะย้ายคุณแม่ออกจากหออภิบาล ขึ้นมาในห้องผู้ป่วยตึกตรงจิตร ๓ เพื่อให้คุณพ่อ พี่ ๆ และน้อง ตลอดจนญาติสนิทได้ใกล้ชิดกับคุณแม่ก่อนที่เราจะจากกัน

แม้จะขึ้นมาที่ตึกตรงจิตร ๓ คุณแม่ยังได้รับเครื่องหายใจช่วยอยู่ตลอดเวลา และผมทราบดีว่าคุณแม่ยังมีลมหายใจอยู่ก็ด้วยเครื่องช่วยหายใจเท่านั้น คุณพ่อได้เฝ้าคุณแม่อยู่จนดึกจนผมเกรงว่าคุณพ่อจะล้มป่วยไปอีกคน จึงพาคุณพ่อกลับบ้านเพื่อเข้านอน คุณพ่อก็คงจะทราบว่าคุณแม่จะจากไป แต่ไม่ยอมปริปากพูดอะไร

ผมกลับถึงบ้านเพียงประมาณ ๑ ช.ม. ก็ได้รับโทรศัพท์จากหลานบึงปองว่าคุณแม่ได้สิ้นใจแล้วผมจึงรีบกลับไปที่ศิริราชอีก

คุณแม่ได้จากไปอย่างสงบ เป็นคำบอกเล่าจากพี่ละเอียดและพี่ละมัย การสูญเสียคุณแม่ครั้งนี้ แม้เราจะเตรียมใจรอรับกันมานาน แต่ก็มิได้เปลี่ยนแปลงผลของความอาลัยอาวรณ์เลยแม้แต่น้อย และอดที่จะทบทวนคำพูด คำสั่งสอนที่คุณแม่ได้เคยอบรมมาตั้งแต่ยังเล็กมิได้ ยิ่งเมื่อมองเห็นใบหน้าน้องคนเล็กที่คลอไปด้วยน้ำตา ก็พอจะเดาความรู้สึกของน้องได้ จำคำคุณแม่ที่เคยบอกไว้ "แม่ไม่อยู่เราต้องรักกันนะลูก"........

ความรู้สึกเสียดายที่ยังมิได้ตอบแทนพระคุณ ความเสียดายที่ผมได้ใช้ชีวิตอยู่กับคุณแม่น้อยไป คุณแม่ได้เสียสละและอดกลั้นความคิดถึง ที่ผมได้ใช้เวลาอยู่ต่างประเทศถึง ๑๔ ปี ภาพความปีติและยินดีทุกครั้งที่มีโอกาสได้ไปกราบคุณแม่ยังเด่นชัด

อะไรบ้างที่ผมพอจะยึดเหนี่ยวได้ คุณแม่มิได้จากไปจนหมดสิ้น คุณแม่ได้ทิ้งคุณพ่อไว้ให้ลูก ๆ ได้ทิ้งสายเลือดไว้ในตัวลูก ๆ ทุกคน ได้ทิ้งผลของการอบรมให้ลูก ๆ เป็นผู้ที่รักเกียรติและมีความรับผิดชอบ

ทุกครั้งที่ผมมองหน้าตนเองในกระจก ผมยอมรับโดยสิ้นเชิงว่าผมมีใบหน้าที่คล้ายคุณแม่มากที่สุด และอดที่จะนึกถึงคำสอนของอาจารย์ภาษาอังกฤษ Miss Constance Tisdall O.B.E.M.A ที่เคยบอกไว้เมื่อครั้งอยู่นครเมลเบอร์นไม่ได้ "I am in you, you are in me." คือเมื่อเราจากกันเรายังมีอะไรเหลืออยู่ในกันและกัน

คุณแม่ได้เหลืออะไรไว้ให้ลูก ๆ มากมาย ให้ลูก ๆ ได้ถ่ายทอดต่อ ๆ ไป คุณแม่ได้เคยบอกและเคยแนะให้ลูกประกอบแต่กรรมดี หากมีผลแห่งกรรมดีใดบ้างที่ผมได้ประกอบแก่เพื่อนมนุษย์ด้วยกัน ผมขออุทิศผลกรรมดีนั้นให้คุณแม่ ขอคุณแม่จงสู่สุขติ

จากลูกแดง

อาลัยคุณแม่

ถึงแม้ว่าความตายจะเป็นของธรรมดาที่มนุษย์ทุกคนจะหลีกเลี่ยงไม่ได้ ลูกก็ไม่เคยคิดมาก่อนเลยว่าจะเกิดขึ้นกับคุณแม่ของลูกรวดเร็วเช่นนี้ คุณแม่จากพวกเราไปเกือบปีแล้ว แต่พวกเราลูก ๆ ทุกคนก็ยังเศร้าโศกเสียใจ รักอาลัยคุณแม่อย่างสุดซึ้ง การสูญเสียคุณแม่เป็นการสูญเสียครั้งยิ่งใหญ่ที่สุดในชีวิตของพวกเรา เพราะคุณแม่เป็นดวงประทีปของลูก ๆ

เมื่อพวกเราเรียนจบแล้วทุกคนมีครอบครัว แยกย้ายกันไปประกอบอาชีพห่างจากคุณแม่ไปหมด แต่เมื่อพวกเรามีทุกข์มีปัญหาหรือมีความเดือดร้อน เราเคยได้คุณแม่ช่วยผ่อนคลาย แต่เมื่อคุณแม่มีโรคภัย เราช่วยคุณแม่ไม่ได้ ครั้นคุณแม่จากไปทุกข์จึงทับทวี พวกเราไม่มีโอกาสได้ตอบแทนพระคุณท่านเท่าที่ควร

ลูกจำได้ว่าไม่คุณพ่อจะทำอะไร คุณแม่จะต้องเป็นที่ปรึกษาของคุณพ่อเสมอ จะเรียกว่าคุณแม่เป็นมือขวาของคุณพ่อก็ว่าได้ คุณแม่เป็นคนฉลาดและมีปฏิภาณดีมาก ได้ช่วยแก้ไขเหตุการณ์เฉพาะหน้า เกี่ยวกับการงานแทนคุณพ่อได้เป็นอย่างดี

ไม่ว่าคุณพ่อจะย้ายไปอยู่ที่ไหนคุณแม่จะตามไปเป็นคู่ทุกข์คู่ยากของคุณพ่อทุกแห่งคุณแม่รักคุณพ่อ ลูก ๆ และหลาน ๆ เป็นที่สุด คุณแม่ไม่เคยห่างตัวเองเลยเสียสละความสุขทุกอย่างเพื่อคุณพ่อและ ลูก ๆ ถึงแม้ว่าคุณพ่อจะย้ายจากลำปลายมาศ มาอยู่ปากช่องแล้วก็ตาม คุณแม่ก็จะเอาหลานยาย และหลานย่ามาเลี้ยงด้วย เพราะห่วงว่าลูก ๆ มีงานมากไม่มีเวลาดูแลหลาน ๆ ทั้ง ๆ ที่งานทางปากช่องของคุณแม่ก็ล้นมืออยู่แล้ว

คุณแม่เป็นคนมีน้ำใจโอบอ้อมอารี ขยันไม่ชอบอยู่นิ่งเฉย ชอบทำบุญให้ทานแก่คนยากจน เวลาคุณแม่ไปทำบุญก็จะชวนเพื่อน ๆ และคนใกล้ชิดไปทำด้วย คุณแม่จึงเป็นที่เคารพรักของคนทั่วไป คุณแม่ไปอยู่ที่ไหนจะเป็นคุณแม่ของคนที่นั่น ทั้ง ๆ ที่บางคนเรียกคุณพ่อว่าคุณพี่หรือคุณลุง

คุณแม่รักคุณพ่อลูก ๆ หลาน ๆ มากยิ่งกว่าชีวิตของคุณแม่เองก็ว่าได้ เวลาคุณพ่อหรือลูกหลานเจ็บป่วย คุณแม่จะเฝ้าดูแลปรนนิบัติรักษา โดยไม่เห็นแก่ความเหนื่อยยาก ตั้งแต่ลูกเกิดมาจำความได้ ลูกยังไม่เคยเห็นคุณแม่รับประทานอาหารก่อนคุณพ่อเลย คุณแม่จะรอรับประทานอาหารพร้อมกับคุณพ่อเสมอ เมื่อคุณพ่อไม่อยู่ไม่ว่าจะไปนครราชสีมาหรือมากรุงเทพ ฯถ้าคุณแม่ทราบว่าคุณพ่อจะกลับ คุณแม่จะเตรียมอาหารไว้รอรับประทานพร้อมคุณพ่อเสมอ ถึงแม้ว่าคุณพ่อจะกลับดึกดื่นค่อนคืนก็ตาม คุณแม่จะปฏิบัติเช่นนี้เสมอมา คุณแม่มีฝีมือในการทำขนมและปรุงอาหารเป็นเลิศ ใคร ๆ ที่ได้ชิมอาหารฝีมือของคุณแม่แล้วจะต้องติดใจและมารับประทานอีกเป็นครั้งที่ ๒–๓ ที่บ้านเราอาหารเย็นจึงมีแขกมารับประทานด้วยเสมอ คุณแม่จะจำได้หมดว่าคุณพ่อ ลูก หลาน เขยและสะใภ้ ใครชอบรับประทานอะไร เมื่อคุณแม่ทราบว่าลูกหลานจะไปเยี่ยมคุณแม่จะเตรียมอาหารที่ชอบไว้ให้ เดี๋ยวนี้ลูกไม่อาจกลั้นน้ำตาไว้สักครั้งเมื่อทำอาหารที่คุณแม่ชอบทำให้ คุณพ่อ ลูกและหลานท่าน ชั่วชีวิตนี้ลูกจะลืมได้อย่างไร

ดูไม่ยุติธรรมเลยที่จะใช้หน้ากระดาษนี้พรรณาพระคุณความดีของคุณแม่ที่กล่อมเกลี้ยงเลี้ยงดูอุ้มชูช่วยลูกทุกคนจนพึ่งตนเองได้ เป็นความจริงแน่แท้ที่ว่า พระคุณของคุณแม่นั้น "จะเอานภามาเป็นกระดาษ เอาน้ำหมดมหาสมุทรแทนหมึกวาด ประกาศพระคุณไม่พอ" เราเคยเรียก "คุณแม่" ด้วยความสุข ความหวัง ได้ยินเสียงขาน เสียงตอบ ต่อแต่นี้จะไม่ได้ยินอีกแล้ว ทั้งเสียงเรียกเสียงตอบทุกครั้งที่ลูกนึกถึงคุณแม่ ก็จะเรียกน้ำตาออกมาด้วยทุกคราว ขอผลแห่งกุศลกรรมที่คุณแม่ได้บำเพ็ญมาด้วยตนเอง คุณพ่อลูกหลานญาติมิตรได้บำเพ็ญอุทิศให้ จงดลบันดาลให้ดวงวิญญาณอันผุดผ่องของคุณแม่ จงประสบแต่ความสุข ในสัมปรายภพชั่วนิรันดร

ลูกสาวคุณแม่

คุณแม่

ภาพคุณแม่ที่นั่งชะเง้อแลดูทางเข้า เมื่อทราบว่าลูก ๆ หลาน ๆ คนใดจะมาหาท่าน ภาพคุณแม่ที่ยืนเตรียมหาอาหาร ขะโยกขะเหยกเข้าออกระหว่างห้องครัวและโต๊ะอาหาร เพื่อจัดเตรียมหาของที่ลูก ๆ และหลาน ๆ ชอบ ได้รับประทานทันทีที่เข้ามาถึงในบ้าน ภาพคุณแม่หัวเราะเสียงดังด้วยความดีใจ เมื่อได้เห็นหน้าลูก ๆ และหลาน ๆ พากันเข้าไปกราบเคารพท่านเมื่อมาถึง และภาพที่เราร่วมรับประทานอาหารพร้อมหน้ากัน ต่อด้วยการคุยหยอกล้อระหว่างคุณหมอ (ลูกชาย หรือหนูแดงของคุณแม่) กับคุณแม่จะต้องมีขึ้นทุกครั้ง คุณแม่ท่านมีโรคประจำตัวอยู่หลายโรคด้วยกัน แต่ท่านมักจะไม่พูดให้คุณหมอทราบตรง ๆ ท่านจะเก็บอาการปลีกย่อยเล็ก ๆ น้อย ๆ ไว้เล่าให้ลูกสะใภ้ฟัง เพื่อจะได้ไม่เป็นการทำลายบรรยากาศ การคุยเล่นของลูกท่าน เพราะท่านเข้าใจว่าลูกคงจะต้องเหน็ดเหนื่อยมากมายมากับคนไข้ที่โรงพยาบาล และคลีนิค จึงไม่ประสงค์ที่จะให้คุณหมอต้องมากังวลกับอาการของตัวท่าน บ่อยครั้งที่ท่านต้องนอนป่วยอยู่ แต่พอทราบว่าคุณหมอมาเท่านั้นแหละ ก็ลุกขึ้นมาคุยหัวเราะเสียงดังได้ทันที จนพวกเราเคยถูกคุณหมอดุก็หลายครั้งว่า "ขี้ตื่น" เกินกว่าเหตุ

คุณแม่เป็นคนอดทนและรักลูกมากจนไม่ยอมที่จะให้ลูกต้องมากังวลใจกับท่านโดยไม่จำเป็น คุณแม่เคยป่วยหลายครั้ง แต่ก็ไม่เคยส่งข่าวให้เราทราบ พอพวกเราทราบก็จะต้องรีบพากันไปเยี่ยม และต่อว่าเด็ก ๆ ที่อยู่ด้วยทำไมไม่ส่งข่าวให้ทราบทันที คุณแม่ก็จะช่วยรับแทนทุกครั้งว่า ท่านทราบดีว่าท่านเป็นมากน้อยเพียงใด มันไม่หนักหนานักท่านรักษาตัวเองได้ คุณหมอเคยบ่นกับคุณแม่ทุกครั้งว่าไม่ควรประมาท เพราะโรคอย่างคุณแม่ถ้าหากไม่ระมัดระวังสุขภาพให้ดี หากเกิดเจ็บป่วยขึ้นมาจะช่วยอะไรได้ไม่มากนัก ฉะนั้นในวันที่ท่านล้มป่วยลงอย่างกระทันหัน และได้ให้คนโทรศัพท์ทางไกลมาแจ้งให้ทราบ ดิฉันจึงแน่ใจได้ทันทีว่าคุณแม่ต้องป่วยหนัก จึงสั่งให้รีบนำเข้าโรงพยาบาลทันทีโดยที่ไม่ต้องไต่ถามอาการ ดิฉันรีบติดต่อโรงพยาบาลที่ใกล้ที่สุด คือ โรงพยาบาลเซ็นต์แมรี่ ที่โคราชก่อนที่จะได้โทรทางไกลไปเรียนให้คุณหมอซึ่งอยู่ที่จังหวัดขอนแก่นได้ทราบ ทางโรงพยาบาลก็ได้จัดเตรียมรักษาคุณแม่ได้ทันท่วงทีที่คุณแม่มาถึง คุณแม่อยู่ในขั้นอาการหนักมากโดยต้องใช้เครื่องช่วยหายใจตลอดเวลาจนกระทั่งจากเราไปอย่างสงบในคืนวันที่ ๒๔ ธันวาคม ๒๕๑๘

คุณแม่เป็นคนที่ให้ความยุติธรรมแก่ลูก ๆ ทุกคนตลอดจนลูกสะใภ้ ดิฉันไม่เคยถูกท่านดุด้วยประการใด ๆ ทั้งสิ้น ดิฉันได้มีโอกาสไปอยู่กับท่าน ๒ ครั้ง ๆ แรกประมาณ ๖ เดือน และครั้งที่สองอีกประมาณ ๘ เดือน ส่วนใหญ่ท่านจะเป็นผู้ดูแลความเป็นอยู่ของลูกสะใภ้มากกว่า เนื่องจากดิฉันต้องยุ่งอยู่กับกิจการงานค้าขายของท่านเป็นส่วนใหญ่ ฉะนั้นในด้านอาหารการกิน ท่านจะเป็นผู้ควบคุมจัดหาไว้ให้ แม้กระทั่งผลหมากรากไม้ที่ชอบ ท่านก็จะจัดซื้อเตรียมไว้ให้ทานเสมอ เช่นทุเรียน เราอยู่กันระหว่างคุณพ่อคุณแม่ ดิฉันและหลานสาว (ลูกของพี่ชายคุณหมออีกคน) รวม ๔ คนเท่านั้น ท่านเคยซื้อทุเรียนไว้ให้ทานเป็นเข่งก็บ่อยครั้ง เพราะทราบว่าเราชอบทานกันทุกคน โอกาสที่ได้ไปอยู่กับท่านทั้งสองคราวนั้น เป็นช่วงที่คุณหมอยังอยู่ที่ประเทศอังกฤษเพื่อสอบเป็นผู้เชี่ยวชาญทางวิชาศัลยกรรม ฉะนั้นบ่อยครั้งที่เวลาเพื่อนฝูงและญาติพี่น้องมาเยี่ยม มักจะหยอกล้อ ว่าแยกกันอยู่นาน ๆ ไม่กลัวคุณหมอจะมีใหม่ หรือ?คุณแม่จะต้องเป็นผู้เดือดร้อนแทนมากกว่าในเรื่องเช่นนี้ ท่านเคยพูดต่อหน้าคุณหมอก็หลายครั้งว่า "อรพินท์ลูกไม่ต้องเป็นห่วง แม่จะ "กระ......เอง" แล้วเราก็พากันอดหัวเราะไม่ได้ เพราะเท้าคุณแม่ไม่แข็งแรงการเดินเหินแต่ละครั้งก็แสนจะยากมาเป็นเวลาหลายปีแล้ว แต่คำพูดของท่านก็ทำความอุ่นใจให้กับดิฉันได้มาโดยตลอด จนกระทั่งท่านต้องมาจากกันไปก่อน แล้วต่อจากนี้ไปใครเล่า จะมาเป็นผู้ช่วยคิดช่วยแนะนำชี้ทางให้กับลูก ๆ ได้อีก คุณแม่ชอบทำบุญด้วยการอุปการะคนยากจน ปากท่านก็พร่ำสอนแต่มือท่านก็หยิบยื่นให้ไป ท่านเป็นคนประหยัดมัธยัสถ์ แต่ท่านมีใจกว้างสำหรับคนที่ต้องการความช่วยเหลือ ฉะนั้นท่านจึงเป็นคุณแม่ของคนงานทุก ๆ คน

คุณแม่เป็นแม่ที่รักลูก ๆ และ หลาน ๆ ทุก ๆ คนเสมอกัน ตลอดจนลูกเขย ลูกสะใภ้ หลานเขยและหลานสะใภ้ด้วย ท่านจะต้องเป็นธุระจัดหาคนมาช่วยเลี้ยงหลาน ๆ จนกระทั่งโตเข้าโรงเรียนได้ทุกคน คุณแม่ไม่เคยมีจิตคิดร้ายต่อผู้ใด จึงเชื่อมั่นว่าท่านต้องจากไปดี ไปสู่สุขสุคติในสัมปรายภพเป็นแน่นอน

ลูกสะใภ้

ขอสักการะอาว์ผู้อารี

อาว์เปลื้อง เป็นน้องสาวคนเดียวของพ่อผม และพ่อผมก็เป็นพี่ชายคนเดียว ของท่านเมื่อสิ้นพ่อมา ๒๕ ปี แล้ว จึงเหลือแต่อาว์ที่ผมเคารพฐานญาติสนิทที่สุดฝ่ายพ่อทั้งโดยสายโลหิตและโดยพระคุณ

อาว์ทำหน้าที่เสมือนแม่ดูแลระหว่างที่ผมห่างพ่อแม่ จากชนบทที่ ไม่มีโรงเรียนมาเรียนหนังสือชั้นประถมในอำเภอจนจบ อาว์เป็นกำลังผลักดันอย่างสำคัญให้ผมได้เดินทางไปเรียนต่อมัธยมที่โคราช

ผมจำเหตุการณ์วัยต้นภายใต้การดูแลเอาใจใส่ของอาว์เป็นอย่างดี เมื่อผมร้องไห้ ไม่อยากกลับไปเรียนที่กรุงเทพ ฯ หลังจากสนุกสนานอยู่บ้านตามประสาเด็กระหว่างปิดเทอมปลาย อาว์ ได้ช่วยพร่ำสอนให้รู้จักรักเรียนและบอกผมว่า ผมเป็นลูกคนโตของพ่อแม่ ต้องเรียนให้มาก เพื่อเป็นตัวอย่างและเป็นที่พึ่งของน้อง ๆ ได้

อาว์ทั้งสอนทั้งบังคับให้ผมได้เล่าเรียนในวัยต้น ผมยังจำน้ำเสียงและดวงตาของอาว์ที่สั่งให้ผมรีบขึ้นไปนั่งบนเกวียนที่อาว์รอผมอยู่เกือบชั่วโมง เพื่อจะนำเดินทางรอนแรมไปต่อรถไฟเข้าเรียนที่โคราช ผมยังไม่แน่ใจว่า ถ้าไม่มีอาว์ในเหตุการณ์นั้น ผมจะได้ไปโรงเรียนอีกหรือไม่

อาว์อุปการะลูกหลานข้างเคียงนับไม่ถ้วน ทั้งฝ่ายตน และฝ่ายสามี อาว์ชอบคนที่เรียนหนังสือและช่วยเหลือโดยไม่รีรอ แม้จะมีฐานะดี แต่ก็สอนและให้ตัวอย่างในการช่วยตัวเอง ให้ลูกหลานผู้หญิงรู้จักงานบ้านงานครัว ให้รู้จักประหยัดไม่ทิ้งข้าวของที่ ังใช้ประโยชน์ได้ ให้รู้จักรับผิดชอบในการใช้จ่ายเงิน และหน้าที่ที่ต้องปฏิบัติต่อผู้ใหญ่ ต่อครอบครัว

แม้ในระยะหลังตนเองเจ็บป่วย ลุกนั่งเดินเหินไม่คล่องแคล่ว มีคนรับใช้ในบ้าน แต่ก็ไม่ฟังคำทัดทานของสามีหรือลูกหลาน คงหุงต้มทำกับข้าวให้อาว์ผู้ชายด้วยตนเองมิได้ขาด ปฏิบัติหน้าที่ภรรยา ดูแลบ้านและอาหารให้สามี โดยไม่บกพร่อง เมื่อลูกหลานมาจากทางไกลไปเคารพเยี่ยมเยียนอาว์ที่บ้านปากช่อง อาว์จะทำกับข้าวให้รับประทานและออกไปหาซื้อผักปลาอาหารเป็นของฝากให้ลูกหลานเองเสมอ

อาว์มีคุณลักษณะและไหวพริบของนักธุรกิจ รู้เท่าทันในเล่ห์เหลี่ยมชั้นเชิงทางการค้าขาย สามารถแก้ไขเหตุการณ์คับขันเฉพาะหน้าได้อย่างดี จึงเป็นคู่คิดของอาว์ผู้ชายและที่ปรึกษาของลูกหลานในการดำเนินชีวิต ทั้งด้านส่วนตัวและการงานมาโดยตลอด

อาว์เป็นคนกล้า แม้เผชิญเหตุการณ์ในทุกที่ทุกระดับ ไม่ว่าเอกชนหรือราชการ เมื่อ ๔๐ ปีก่อน อาว์ได้ทราบข่าวว่าอาว์ผู้ชายกำลังมีปัญหาการติดต่อค้าขายในชนบทเชียงใหม่ แม้การเดินทางจากนางรองไปเชียงใหม่ต้องใช้เวลาเกือบสิบวัน อาว์ผู้หญิงก็เดินทางไปคนเดียวเที่ยวตามหาอาว์ผู้ชายจนพบ

อาว์มีความเสียสละและอดทนเป็นเลิศ ในบั้นปลายของชีวิต อาว์ทุกข์ทรมานด้วยโรคภัยไข้เจ็บหลายด้าน แต่ก็ไม่ประสงค์จะแจ้งรบกวนลูกหลานที่แยกย้ายประกอบอาชีพอยู่ห่างไกล อาว์ปลื้มปีติและมีความสุขยิ่ง เมื่อเห็นหน้าลูกหลานไปเคารพเยี่ยมเยียน แต่เราก็สะเทือนใจทุกครั้ง ไม่อยากเห็นน้ำตาไหลอาบแก้มอาว์เมื่อพวกเรากราบลากลับ

อาว์ได้ทำหน้าที่แล้วอย่างสมบูรณ์ทั้งในฐานะลูกที่กตัญญูต่อพ่อแม่ ภรรยาที่ภักดีดูแลสามี แม่ที่เลี้ยงลูกจนได้รับความสำเร็จทุกคน และในฐานะญาติที่อุปการะญาติด้วยกันอาว์ได้ใช้ชีวิตให้เป็นประโยชน์แก่ผู้เกี่ยวข้องแล้ว หลานภูมิใจที่ได้เกิดร่วมตระกูล "อุดมพงษ์" กับอาว์

ถึงลูกหลานจะได้ให้การดูแลรักษาพยาบาลอย่างดี และรู้ว่าเป็นภาวะสุดวิสัยที่จะห้ามการจากไปของอาว์ แต่ก็ไม่อาจหักห้ามความรู้สึกว่า พวกเราทดแทนบุญคุณของท่านได้น้อยเหลือเกิน จะขีดเขียนพรรณายืดยาวอย่างไรก็ไม่อาจชดเชยความรู้สึกนี้ได้ยิ่งคิดยิ่งเขียนก็ยิ่งตื้นตัน ภาพของอาว์ในเหตุการณ์เก่า ๆ ปรากฏขึ้นบนกระดาษที่กำลังใช้เขียน เสียงหัวเราะของอาว์เมื่อครั้งมีความสุขอยู่กับหลานยังก้องผสมกับเสียงสะอื้นของลูกหลานในวันที่อาว์จากไป

ถึงหยุดเขียนไว้เพียงเท่านี้ ก็หยุดความเคารพรัก ระลึกถึงพระคุณมิได้ ขอดวงวิญญาณของอาว์ที่เปี่ยมด้วยกรุณาได้ประสบสุขคติในสัมปรายภพด้วยเถิด

พร อุดมพงษ์

ธ.ค. ๒๕๑๘

คุณย่า

ตลอดเวลาที่หลานได้มาอยู่กับคุณย่า คุณย่าก็ดูแลเอาใจใส่หลานอย่างดีตลอดมา ทุกๆ เช้าคุณย่าจะต้องไปตลาด เพื่อที่จะไปซื้อและเลือกของที่จะมาทำอาหารด้วยมือของคุณย่าเอง ฝีมือคุณย่าในการทำอาหารนั้นอร่อยมากจนจะหาใครมาทำได้อร่อยเท่าคุณย่าได้ยาก และวันหยุด คุณย่าก็จะพกไปตลาด ไปสวน หรือไม่บางสัปดาห์ คุณย่าก็จะพาไปวัด ปกติแล้วคุณย่าจะพาไปที่สวนตอนเย็น ๆ โดยเฉพาะในช่วงฤดูร้อน คุณย่ารักหลาน ๆ มาก ไม่เคยปล่อยให้หลานไปเองเลย คุณย่าจะต้องตามหลานไปทุก ๆ ครั้งเพื่อดูแลหลาน ๆ เล่นน้ำด้วยสายตาที่แสดงไปด้วยความยินดี ที่ได้เห็นหลาน ๆ มีความสุข มีอยู่ครั้งหนึ่งที่หลานได้ไปเล่นกับพี่ ๆ บังเอิญไปกินสัตว์มีพิษเข้าอย่างหนึ่ง ดูเหมือนว่าวันนั้นเป็นวันหยุด ตอนเช้าคุณย่าได้ไปตลาดตามปกติ เมื่อพวกเราได้ทานเข้าไปแล้วตกบ่าย ๆ พี่ ๆ ที่ทานด้วยกันก็อาเจียร ตอนแรกก็คิดว่าไม่เป็นอะไรจึงไม่ได้เรียนให้คุณย่าทราบ พอตกค่ำหลานเกิดอาเจียรด้วยอีกคน พอคุณย่าทราบก็ได้รีบให้คนไปตามรถพาหลานทั้งหมดไปหาหมอ หลานยังนึกและระลึกถึงคุณย่าเสมอที่ได้ช่วยให้หลานทั้งหมดพ้นจากอันตรายในคราวนั้น มาระยะหลังหลานต้องมาเรียนหนังสือที่ในกรุงเทพ ฯ เมื่อไปกราบเยี่ยมคุณย่า คุณย่าก็ยังอุตสาห์ทำอาหารที่หลานชอบไว้คอย ทั้ง ๆ ที่เข่าของคุณย่าเจ็บเดินไม่ใคร่สะดวกนักก็ตาม ทันทีที่ได้เห็นหน้าหลานก็จะรีบกุลีกุจอให้หลานได้ทานของที่หลานชอบ เมื่อคุณพ่อและหลาน ๆ ชวนให้คุณย่าไปเที่ยวสวน คุณย่าก็จะต้องไปด้วยทุกครั้ง และครั้งหลังสุดก่อนที่คุณย่าจะได้ล้มป่วยลงเพียงสองอาทิตย์ คุณย่า งได้ลงว่ายน้ำเล่นกับหลาน ๆ ในลำธารที่หลังสวน

คืนวันที่ 13 ตุลาคม 2518 พอคุณพ่อได้ทราบข่าวการป่วยของคุณย่าก็รีบเดินทางมาในคืนนั้น ส่วนหลานไม่มีโอกาสร่วมเดินทางมาด้วย ก็ได้แต่สวดมนต์ภาวนาขออย่าให้คุณย่าอย่าได้เป็นอะไรมาก ทำให้หลานนึกเสียดายที่หลานช่างมีโอกาสน้อย ไม่ได้ดูแลคุณย่าอย่างใกล้ชิด คุณย่าเคยบอกกับหลานเสมอว่าอยากจะเห็นหลานเรียนจบเร็วและแต่งงาน และคุณย่าก็ยังพูดต่อว่าคงจะไม่มีโอกาสนั้น หลานไม่นึกว่าเวลานี้จะมาถึงอย่างรวดเร็วเช่นที่คุณย่าได้พูดไว้ เมื่อหลานได้มีโอกาสมาช่วยดูแลพยาบาลคุณย่าระหว่างที่ป่วยอยู่ที่โรงพยาบาลเซ็นต์แมรี่ หลานก็ยังภูมิใจที่ได้มีโอกาสช่วยดูแลคุณย่าในช่วงนั้น หลานได้พยายามทำอย่างดีที่สุดเพื่อจะได้ทดแทนความรักและความเมตตาที่คุณย่าได้มีต่อหลาน และรู้สึกเศร้าใจอย่างสุดซึ้งเมื่อทราบข่าวว่าคุณย่าจะต้องจากหลานไปโดยที่มิอาจจะกล่าวอะไรได้เลย ความรักและเมตตาของคุณย่านั้นยังจดจำอยู่ในใจของหลานเสมอไป และขอภาวนาให้ได้เกิดมาเป็นหลานย่าอีกเรื่อยไป

หลานของคุณย่า

คุณยายของหลาน

13 ตุลาคม ผมได้ทราบข่าวคุณยายป่วย ได้รับการบอกเล่าสั้น ๆ ว่า เป็นอัมพาตครึ่งซีกซ้าย พูดไม่ชัด จากอาการป่วยซึ่งเกิดขึ้นอย่างเฉียบพลัน ประกอบกับประวัติการเป็นเบาหวาน และความดันโลหิตสูงเดิม ทำให้ผมอดคิดถึงโรคเส้นโลหิตในสมองแตกไม่ได้ ก็ได้แต่ภาวนาให้คุณยายเป็นเพียงเส้นโลหิตหดตัวชั่วคราว ซึ่งอาจเป็นไปได้และการพยากรณ์โรคดีกว่า

2 วันต่อมาผมก็เดินทางไปเยี่ยมคุณยายที่นครราชสีมา คุณยายยังจำพวกเราได้ดี และยังพอเขียนหนังสือทางมือขวาได้ เรา 2 คนคือน้าแดง (อ.จ. ทองอวบ) กับผมคิดว่าถ้าเป็นไปได้คุณยายอาจจะดีขึ้นพอที่จะเดินด้วยไม้เท้าหรืออาจต้องนั่งรถเข็นเมื่อหาย สภาพคุณยายในตอนนั้นพวกเรามีความหวังมาก

แต่ปัญหาที่เกิดขึ้นคือ โรคเบาหวานที่มีอยู่เดิมทำให้เราควบคุมการให้อาหารลำบาก และรักษาการติดเชื้อได้ยากโดยเฉพาะคุณยายมีโรคหืดประจำตัวอยู่ก่อนแล้ว ทำให้เรามีปัญหาเกี่ยวกับเรื่องทางเดินหายใจร่วมเข้ามาด้วย

ในอาทิตย์แรกน้าแดงได้ป้องกันปัญหาที่จะเกิดขึ้นเกี่ยวกับทางเดินหายใจ โดยการเปิดหลอดลม เราไม่ต้องวิตกเกี่ยวกับการหอบและการกำจัดเสมหะ

อาทิตย์ต่อมาก็ได้ทำสายยางต่อกับกระเพาะอาหาร เพื่อควบคุมการให้อาหารให้สะดวกขึ้น

2 อาทิตย์ที่โคราชอาการหัวใจคุณยายดีขึ้น พวกเราทุกคนมีความหวัง เนื่องจากมีปัญหาเกี่ยวกับจำนวนพยาบาลที่ดูแลคุณยาย เราจึงตัดสินใจย้ายคุณยายมารักษาดูแลที่กรุงเทพฯ

ใน 2 อาทิตย์แรกพยายามควบคุมความดันโลหิตคุณยายได้ดี และป้องกันการติดเชื้อได้ผล

คุณยายยังจำพวกเราได้ดี บีบมือผมแรง ๆ ทุกครั้งที่ไปเยี่ยมตอนเย็น ผมมีความรู้สึกอบอุ่น เหมือนกับที่คุณยายเคยกอด และลูบศีรษะตอนที่ผมยังเด็กอยู่ ผมรู้สึกภูมิใจที่มีส่วนได้พยาบาลและรักษาคุณยาย

ในปลายอาทิตย์ที่สาม คุณยายเริ่มมีปัญหาเกี่ยวกับการให้อาหารทางสายยาง และมีการติดเชื้อขึ้นหลายอย่าง ใน 2 อาทิตย์สุดท้ายคุณยายมีความดันโลหิตต่ำอยู่ตลอด และรู้สึกตัวน้อยลง เราพอจะทราบว่าเหตุการณ์จะลงเอยในรูปใด

วันที่ 24 ธันวาคม เวลา 21.30 น. คุณยายก็จากพวกเราไปด้วยอาการอันสงบ

ขอให้คุณยายผู้ซึ่งคอยแนะนำเอาใจใส่ดูแล และช่วยเหลือพวกเราทุกครั้งที่มีปัญหาจงสู่สุคติในสัมปรายภพ ความรักความระลึกถึงตลอดจนคำเตือนคำสั่งสอน จะยังคงอยู่ในจิตใจของพวกเราทุกคนตลอดไป

บึ่งปอง

ระลึกถึงคุณยาย

ย้อนไปเมื่อ ๒๔ ปีก่อน ข้าพเจ้าถือได้ว่ามีโชคดี ที่เกิดมาอยู่ในท่ามกลางความรักความอบอุ่นของ คุณตา คุณยาย พ่อ แม่ ครบถ้วนทุกอย่าง และเมื่อน้องชายคนถัดมาเกิด ข้าพเจ้าก็ต้องไปอยู่ในความดูแลของคุณยาย ทั้งนี้เพราะน้องไม่สบายมาก พ่อกับแม่ต้องดูแลเป็นพิเศษ แทบจะห่างไม่ได้เลย ผู้ใหญ่เล่าให้ฟังว่า เมื่อเด็กข้าพเจ้าซน ตามใจตัวเอง ร้องไห้เก่ง ด้วย คุณยายตามใจมาก อยากได้สิ่งใดจะต้องหามาให้ คุณยายจะไปไหน ข้าพเจ้าจงต้องติดสอยห้อยตามไปด้วยทุกแห่ง หากจะเข้าห้องน้ำ ข้าพเจ้าก็จะต้องไปยืนเฝ้าอยู่หน้าห้อง เวลานอนคุณยายก็จะต้องกอด ร้องเพลงกล่อม หากเมื่อรู้สึกตัวตื่นขึ้นครั้งใด ข้าพเจ้าจะยื่นมือไปควานหาทั้งที่หลับตา ด้านขวาไม่พบยังไม่เป็นไร เปลี่ยนเป็นทางซ้าย หากไม่พบอีกเป็นได้เรื่องแผดเสียงร้องลั่นบ้าน หากคุณยายให้พี่เลี้ยงขึ้นมารับก็ไม่ยอม ต้องคุณยายขึ้นมารับ ในตอนเช้าของทุกวัน ยายหลานจะเดินจูงมือกันไปตลาดซื้อกับข้าว คุณยายจะพาไปทานขนมจีน จนบัดนี้อาหารที่ข้าพเจ้าชอบมากที่สุด ไม่รู้เบื่อคือขนมจีน คุณยายจะรู้หรือไม่หนอว่าถ้าหลานได้เห็นได้ทานขนมจีนแกงไก่เมื่อใด คิดถึงคุณยายเป็นที่สุด ด้านอาหาร คุณยายมีฝีมือคนหนึ่งทีเดียวสิ่งที่คุณยายชอบอีกอย่างคือ ภาพยนตร์อินเดีย หากมีเราสองคนเป็นไม่พลาด ดาราคนโปรดคือ นีรูปารอย สมัยเป็นนักเรียนชั้นประถม ข้าพเจ้าเป็นนักวิ่งรุ่นจิ๋วของโรงเรียนคนหนึ่งด้วยได้รับการฝึกหัดจากคุณยาย เร็ว ๆ เข้าลูก วิ่งเร็วเขาเดี๋ยวไปไม่ทันคุณตา และแม้ยามเจ็บไข้ นอกจากพ่อ แม่ คุณตา จะดูแลแล้ว ผู้ที่เฝ้าไม่ห่างอีกคนก็คือคุณยาย เมื่อใดที่หลานหายดีแล้ว ลุกขึ้นวิ่งเล่นได้นั่นแหละ คุณยายจึงจะยิ้มออก กรุงเทพมหานคร เมืองหลวง เมืองสวรรค์ ซึ่งเป็นที่กล่าวขวัญถึงของคนบ้านนอก อยากจะมาเห็น คุณตา คุณยายก็เป็นผู้พามาเที่ยว จำได้ว่าไปเขาดินกับไปดูละครเรื่องรามเกียรติ์ของกรมศิลปากร ข้าพเจ้าแยกห่างจากคุณยายก็เมื่อ คุณยายย้ายมาอยู่ปากช่อง และข้าพเจ้าไปเรียนหนังสือที่กรุงเทพฯ หากโรงเรียนปิดพวกเราก็จะต้องไปหาคุณยาย เมื่อไปถึงทุกครั้งจะเห็นคุณยายนั่งประจำที่โต๊ะทานข้าว พอเห็นหลาน ๆ จะร้องทักด้วยความดีใจ เย็นนั้นจะได้ทานกับข้าวอร่อย ๆ ฝีมือคุณยาย เมื่อถึงเวลากลับ คุณยายจะต้องตาแดงทุกครั้ง

๑๔ ตุลาคม ๒๕๑๘ ข้าพเจ้าได้รับข่าวร้ายว่าคุณยายไม่สบายมาก ด้วยโรคความดันโลหิตสูง ไปรักษาตัวที่โรงพยาบาลเซ็นต์แมรี่ นครราชสีมา และเมื่อไปถึง คุณยายกำลังนอนหลับ ข้าพเจ้าบอกไม่ถูกว่ารู้สึกอย่างใด เมื่อรู้ว่าคุณยายพูดไม่ได้ ร่างกายด้านหนึ่งเป็นอัมพาต ได้แต่บนบาลศาลกล่าว คิดถึงสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลาย ช่วยดลบันดาลให้คุณยายหายจากโรคภัยไข้เจ็บ โดยเฉพาะขอให้พูดได้ ข้าพเจ้าได้อยู่ใกล้ชิดกับคุณยายครั้งสุดท้ายเป็นเวลา ๑๕ วัน ในระหว่างนี้วันที่จำได้ที่คิดถึงทุกครั้งเมื่อระลึกถึงก็คือวันที่เราอยู่ด้วยกันสองคนยายหลาน วันนั้นออกจะเงียบเหงา ข้าพเจ้านั่งชิดอยู่ขอบเตียง มือหนึ่งกุมมือคุณยายไว้ อีกมือหนึ่งก็นวดไปตามตัว พูดถามอาการ พยายามที่จะไม่ร้องไห้ให้คุณยายเห็น คุณยายจ้องข้าพเจ้าน้ำตาคลอ แต่ส่วนใหญ่วันนี้คุณยายนอนหลับเป็นส่วนมาก ข้าพเจ้าไม่กล้าไปไหนที่จะห่างคุณยายเกินไป ด้วยไม่มีพยาบาลช่วยเฝ้าเช่นทุกวัน หากมีอะไรผิดปกติจึงไปเรียกให้มาดู และวันที่ ๓๑ ตุลาคม ๒๕๑๘ ข้าพเจ้าก็ต้องกลับไปทำหน้าที่ของตน แม้ไม่อยากจะไป สองวันต่อมาคุณยายก็ย้ายไปรักษาตัวที่โรงพยาบาลศิริราช ประมาณปลายเดือนพฤศจิกายน ข้าพเจ้าได้ลงมาเยี่ยมคุณยายอีกครั้ง คุณยายผอมลงไปมาก ผิดจากที่เคยเห็น สอบถามอาการจากพี่ชายซึ่งได้แต่ปลอบใจว่าอาการดีขึ้น ข้าพเจ้าไม่นึกเลยว่าเมื่อก้มลงกราบลาคุณยาย จะเป็นกราบครั้งสุดท้ายที่มีชีวิตอยู่

เมื่อคืนวันที่ ๒๔ ธันวาคม ๒๕๑๘ คุณยายผู้เป็นที่รักและผูกพันกับข้าพเจ้ามากที่สุด ได้จากไปอย่างไม่มีวันกลับ ด้วยกุศลผลบุญที่หลานได้กระทำมาแล้ว และจะกระทำต่อไป ขออำนาจบุญกุศลนั้น ๆ จงดลบันดาลให้วิญญาณของคุณยายจงไปสู่สุคติ และหากชาติหน้ามีจริงก็ขอให้ได้เกิดเป็นหลานของคุณยายทุกชาติเถิด

จากหลาน

เจ้าภาพงานฌาปนกิจศพ คุณแม่เปลื้อง อุทยวิเชียร. ขอ.
บทความทางธรรมะเพื่อแจกเป็นธรรมทาน. เป็นพรร่วมเผื่อ
ผันเผยแผ่ธรรมะแก่ชาวโลก ในยามที่ชาวโลกตกอยู่ในความ
มืดบอด เพียงคลื่นทางวัตถุที่ถูกครอบงำอยู่ เมื่อได้พบ
แสงสว่าง ทางธรรมสักได้เห็น ดุจ ทางต่อไป. พ.ณ. ท่าน
รูปใดก็ตามที่ช่วยให้คนได้พบแสงสว่างทางชีวิต แล้วก็นับ
ว่าเป็น พ.ณ. ทำที่ชอบที่ควร.

อาตมาขออนุโมทนาในกุศลครั้งนี้ของเจ้าภาพ.
ขอส่งผลกุศลธรรมทานนี้จงเกิดประโยชน์แก่ชาวโลกทั่ว
ไปเทอญ

ภิกษุ ปัญญานันทะ
วัดชลประทานรังสฤษฎ์
ปากเกร็ด นนทบุรี
๑๒ พ.ย. ๒๙.

ปาฐกถาธรรม

โดย

พระราชนันทมุนี

ณ โรงเรียนพุทธธรรม วัดชลประทานรังสฤษฎ์

ปากเกร็ด นนทบุรี

วันอาทิตย์ที่ ๑๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๑๙

ญาติโยม พุทธบริษัททั้งหลาย

ณ บัดนี้ถึงเวลาของการฟังธรรมะปาฐกถา อันเป็นหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาแล้ว ขอให้ทุกท่านอยู่ในอาการสงบ ตั้งอกตั้งใจฟังด้วยดี เพื่อให้ได้ประโยชน์อันเกิดขึ้นจากการฟัง ตามสมควรแก่เวลา.

ฤดูนี้เป็นฤดูกาลเข้าพรรษา ซึ่งตามปกติพระสงฆ์ได้อยู่จำพรรษาตลอดสามเดือน ญาติโยมที่มีลูกมีหลานก็นำเข้ามาบวชในพระพุทธศาสนาชั่วระยะหนึ่งของชีวิต การที่นำลูกหลานเข้ามาบวชนั้น ก็เพื่อจะให้คนเหล่านั้นได้เข้าถึงพระรัตนตรัย ได้มีพระไปเป็นหลักประจำจิตใจเมื่อออกไปอยู่ครองบ้านครองเรือน จะได้เป็นคนดี มีความเจริญก้าวหน้าทั้งกายทั้งใจต่อไป อันนี้นับว่าเป็นการกระทำที่ถูกที่ชอบตามแบบอย่างอันดีงามของคนโบราณ คนในสมัยโบราณนั้นเขารักพระศาสนา เขาต้องการให้พระศาสนาเป็นมรดกทางใจแก่ลูกแก่หลาน เขาไม่ได้ถือว่ามรดกทางวัตถุเป็นเรื่องสลักสำคัญ แต่ถือว่ามรดกทางด้านจิตใจเป็นเรื่องสำคัญ เพราะว่าถ้าจิตใจของคนดีงามแล้ว เรื่องอื่นก็จะดีตามไปด้วย ถ้าจิตใจเสื่อมโทรมแล้วสิ่งอื่น

ก็พลอยเสื่อมโทรมไปด้วย เพราะฉะนั้นมารดาบิดา ปู่ ตา ย่า ยาย จึงมักจะสร้างเสริมสิ่งที่เป็นคุณค่าทางด้านจิตใจให้แก่บุตรหลาน การสร้างเสริมคุณค่าทางด้านจิตใจก็คือการนำบุตรหลานเข้ามาหาพระศาสนา เพื่อให้พระศาสนาเป็นดวงประทีปในชีวิตของเขาตลอดไป คนสมัยก่อนเขาทำมาอย่างนี้ มาในสมัยนี้เราก็ได้ปฏิบัติตามแบบอย่างของคนสมัยก่อน แต่สภาพสังคมในยุคปัจจุบันกับยุคก่อนนั้นมีเรื่องแตกต่างกันอยู่มาก คือสังคมในสมัยก่อนนั้นเป็นสังคมแห่งความสงบ ไม่มีความวุ่นวาย ไม่มีการแข่งขันในเรื่องการเป็นอยู่ ความชั่วที่เกิดขึ้นในสังคมเพราะความนิยมในทางด้านวัตถุมีน้อย เพราะฉะนั้นเขาจึงอยู่กันด้วยความสุขสงบตามสมควรแก่ฐานะ ปัญหาต่าง ๆ ที่จะเกิดขึ้นไม่ค่อยจะมี แต่ว่าในยุคปัจจุบันนี้สังคมเปลี่ยนไปมาก เพราะว่าความเจริญในทางด้านวัตถุมีมากขึ้น มีการแข่งขันกันแสวงหา แข่งขันเพื่อจะมีจะได้ในสิ่งนั้น ๆ เมื่อคนหนึ่งมีสิ่งหนึ่งคนหนึ่งไม่มี ก็จะมีความรู้สึกน้อยเนื้อต่ำใจ ว่าเราสู้คนนั้นไม่ได้ในทางด้านวัตถุ ก็เลยมีการแข่งขันกันในด้านมีวัตถุนั้น ๆ โดยไม่ได้คำนึงว่าสิ่งนั้นเป็นสิ่งที่จำเป็นแก่ชีวิตหรือไม่ หรือว่ามันเป็นแต่เครื่องประกอบ ในการเป็นอยู่ในชีวิตประจำวัน เมื่อไม่ได้คิดนึกในเรื่องอย่างนี้ การแข่งขันกันในการแสวงหาอะไรต่าง ๆ ก็เกิดมีมากขึ้น

เป็นธรรมดาในการแข่งขันกันก็ย่อมจะมีการใช้กิเลสเป็นเรื่องธรรมดา กิเลสที่นำมาใช้ในการแข่งขันนั้นก็คือชิงดีชิงเด่นกันในแง่ต่าง ๆ เมื่อเราใช้กิเลสในการแข่งขันกัน การแข่งขันก็จะไม่เป็นธรรม ผลที่ตนได้รับก็จะไม่เป็นธรรม ความสุขความสงบในชีวิตประจำวันค่อยหายไป ๆ เราจะมีชีวิตอยู่ด้วยปัญหาคือความทุกข์ความเดือดร้อนด้วยประการต่าง ๆ อันนี้ญาติโยมทั้งหลายก็ประจักษ์แก่ใจดีอยู่ ว่าสังคมในยุคปัจจุบันนี้มีสภาพอย่างไรถ้าหากว่าคนแก่ๆ ชั้นปู่ย่า ตายาย ของพวกเราทั้งหลายที่ท่านตายไปแล้ว แล้วสมมติว่าท่านฟื้นคืนชีพขึ้นมา แล้วมาดูสภาพความเป็นอยู่ของลูกๆหลาน ๆ ของท่านในยุคปัจจุบันนี้ ท่านคงจะตกอกตกใจ ต้องเอามือปิดตาปิดหูชนิดที่เรียกว่าทนดูไม่ได้ ทนฟังไม่ได้ เพราะสิ่งทั้งหลายที่เป็นอยู่ในชีวิตประจำวันนั้น มันสับสนเหลือเกิน วุ่นวายเหลือเกิน นี่คือสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงอยู่ในปัจจุบันนี้ ไม่เฉพาะแต่บ้านเราเท่านั้น ในที่ใด ๆ มันก็เหมือนกันเพราะในโลกในยุคปัจจุบันนี้ มนุษย์เราขวนขวายแสวงหาในสิ่งที่เป็นวัตถุกันมากเกินไป จนกระทั่งว่าเกินความพอดีที่จะดำรงชีวิต จึงเป็นเหตุให้เกิดความทุกข์ความเดือดร้อนกันด้วยประการต่าง ๆ แล้วอีกอันหนึ่งที่เป็นเรื่องน่าคิดก็คือว่า มารดาบิดาที่ขวนขวายทำงานทำการกันทั้งสองฝ่าย คือพ่อก็ต้องไป

ทำงานมีลูกออกมาแต่ไม่มีเวลาที่จะอบรมบ่มนิสัย ให้ลูกเหล่านั้นรู้จักคุณค่าราคาของชีวิต เพราะปัญหาในครอบครัวเดียวกับเรื่องปากเรื่องท้องมันมีมากเกินไป เด็กเหล่านั้นก็อยู่ในสภาพขาดผู้นำในทางจิตทางวิญญาณ เขาก็รับอะไรต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัวเขา เอามาบรรจุไว้ในจิตวิญญาณของเขา ก็สิ่งที่เขารับมานั้นอาจจะดีก็ได้ อาจเสียก็ได้ สุดแล้วแต่สิ่งแวดล้อมที่อยู่รอบ ๆ ตัวของเด็กเหล่านั้น อันนี้ก็เกี่ยวเนื่องกับสภาพความเป็นอยู่ ถ้าเด็กเหล่านั้นอยู่ในสภาพสิ่งแวดล้อมที่ดี เขาก็จะได้รับสิ่งที่ดีเข้ามาประทับไว้ในใจ ถ้าเขาอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ไม่ดี เขาก็จะรับสิ่งที่ไม่ดีเข้ามาใส่ไว้ในจิตใจของเขา เมื่อเป็นอยู่ในสภาพอย่างนี้ ก็เป็นเหตุให้พ่อแม่ต้องมีปัญหา คือเกิดความทุกข์ความเดือดร้อนเพราะลูกของเราประพฤติไม่ดี และมีความเสียหายแก่วงตระกูลแก่ครอบครัวด้วยประการต่าง ๆ อันนี้เป็นปัญหาไม่ใช่น้อยที่กำลังเป็นอยู่ในยุคสังคมปัจจุบันนี้ ซึ่งเป็นเรื่องที่เราควรจะได้คิดแก้ไขกัน เพราะถ้าไม่คิดแก้ไขในเรื่องปัญหานี้แล้ว ต่อไปข้างหน้าสังคมก็จะยิ่งตกต่ำทางจิตใจมากขึ้นทุกวันเวลา เพราะความเป็นอยู่ของคนเรานั้นเมื่อขาดธรรมะเป็นหลักคุ้มครองจิตใจแล้วจะดีขึ้นได้อย่างไร ธรรมะอย่างเดียวเท่านั้นที่จะช่วยค้ำจิตใจคนให้อยู่ในสภาพที่สูงส่งขึ้นมาได้ ให้เราสังเกตดูว่าในครอบครัวหนึ่ง ๆ สามีภรรยาที่อยู่ด้วยกัน ถ้าว่าไม่มีการประพฤติธรรมแล้ว ครอบครัวนั้นจะมีความสุขได้อย่างไร ท่านทั้งหลายที่มีชีวิตอยู่ในครอบครัว ย่อมมีประสบการณ์ย่อมมีปัญหาในเรื่องนี้ประจักษ์แก่ใจกันอยู่เป็นส่วนมาก ว่าในครอบครัวเราที่มีความทุกข์มีความเดือดร้อนอยู่ในชีวิตประจำวันนั้นเนื่องจากอะไร ก็เพราะว่าขาดศีลธรรมประจำใจเป็นเบื้องต้น คือเพียงขั้นศีลธรรมก็ไม่ได้ประพฤติปฏิบัติ อย่าว่าถึงขั้นศาสนาหรือตัวสัจจธรรมเลย เพียงแต่ศีลธรรมธรรมดาก็ยังไม่ได้เอามาใช้ในชีวิตประจำวัน ท่านก็จะเห็นด้วยตัวของท่านเองว่า มีปัญหามีความทุกข์มีความเดือดร้อนสมมติว่าพ่อบ้านกับแม่บ้านมีจิตใจไม่เหมือนกัน เรียกว่ามีความเป็นอยู่ทางจิตใจไม่เท่าเทียมกัน เช่นมีความเชื่อไม่ตรงกัน มีระเบียบไม่เหมือนกัน มีความรู้ไม่ทัดเทียมกัน แล้วก็มีความเสียสละไม่ตรงกัน เมื่อเราอยู่กันในรูปอย่างนี้ ก็มีปัญหาตลอดเวลา มีความทุกข์มีความเดือดร้อน

เรื่องความเชื่อที่ไม่ตรงกันนั้นหมายความว่าอย่างไร คนหนึ่งเชื่อบุญเชื่อบาป เชื่อกรรมเชื่อผลแห่งกรรมเชื่อหลักธรรมทางศาสนา ว่าจะเป็นสิ่งอำนวยให้เกิดความสุขความเจริญในครอบครัว แล้วก็ปฏิบัติตนเคร่งครัดตามหลักคำสอนในทางพระศาสนา มีจิตใจอยู่กับพระกับธรรมตลอดเวลา แต่ว่าอีกคนหนึ่งนั้นไม่ได้มีความเชื่อในรูปอย่างนั้น เขามีความเชื่อไปในด้านวัตถุ คือเชื่อว่าการได้กินได้ดื่ม ได้เที่ยวได้เล่น ได้มีความสนุกสนานเพลิดเพลิน เป็นยอดแห่งความปรารถนาเป็นสุขในชีวิต คนเราเมื่อเกิดมาแล้วมันก็ต้องหาความสุข แล้วความสุขที่เขาใฝ่ฝันนั้นก็คือการกินการดื่ม การเที่ยวการเล่น การสนุกสนานเพลิดเพลินทางตาหูจมูกลิ้นกาย อันนี้ความเชื่อไม่ตรงกันแล้ว แม่บ้านมีความเชื่ออย่างหนึ่ง พ่อบ้านก็มีความเชื่ออย่างหนึ่ง สองคนคนที่อยู่ด้วยกันครอบครัวเดียวกัน เมื่อมีความเชื่อไม่ตรงกันดังกล่าวนี้ เขาจะมีความสุขอยู่ได้อย่าง ก็จะพบว่าไม่มีความสุขสงบทางด้านจิตใจ เมื่อพ่อบ้านแม่บ้านไม่มีความสุข ลูกที่เกิดมาในครอบครัวนั้นจะเป็นอย่างไร ก็จะไม่มีคำความสุขเหมือนกัน เพราะว่าลูกที่อยู่ในครอบครัวนั้นจะแบ่งออกเป็นสองภาค ภาคหนึ่งเป็นส่วนของพ่อ ภาคหนึ่งก็เป็นส่วนของแม่ ภาคที่เป็นส่วนของแม่ก็เป็นผู้ที่มีความเชื่อถูกตรงตามหลักธรรมะ แต่ที่เป็นส่วนของพ่อนั้นก็คือการตามใจตัวเอง ประพฤติอะไรตามใจอยากใจปรารถนา ไม่มีระเบียบไม่มีวินัยไม่มีการบังคับตัวเองแล้วเราจะรู้สึกว่าสังคมในครอบครัวนั้น มีปัญหายุ่งยากตลอดเวลา จิตใจของคนเรานั้นโดยปกติ ถ้าจะให้ดีแล้วมันต้องช้าหน่อย แต่จะให้ชั่วแล้วมันง่าย สิ่งใดที่เป็นเรื่องดีเรื่องงาม เอาอย่างได้ยาก แต่สิ่งใดเป็นเรื่องต่ำทรามเอาได้ง่าย ทำไมจึงเป็นอย่างนั้นเพราะสภาพจิตใจมนุษย์ชอบคิดไปในทางต่ำ ชอบไปในเรื่องตามใจตัวเอง เรื่องการฝืนนิสัยการบังคับตัวเองนั้น เป็นเรื่องของการประพฤติธรรม ส่วนการตามใจตัวเองนั้น ไม่ใช่เรื่องของการประพฤติธรรม เรื่องที่ไม่ใช่การประพฤติธรรมนั้นทำง่าย แต่เรื่องการประพฤติธรรมเป็นเรื่องทำยาก เพราะการประพฤติธรรมต้องมีการบังคับตัวเอง ต้องมีความอดทน ต้องมีความเพียร ต้องมีความตั้งใจทำในเรื่องนั้นจริง ๆ จนกว่าจะเอาชนะความคิดฝ่ายต่ำอันเกิดขึ้นรบกวนจิตใจให้ได้ อันนี้ต้องใช้เวลา แต่เรื่องการพาความชั่วนั้น มันไม่ต้องใช้เวลามากมายอะไร พอจิตมันคิดในเรื่องไม่ดีขึ้นก็ไปทำได้ทันทีคิดจะไปกินเหล้าก็ไปได้ทันที คิดจะไปบ่อนการพนันก็ไปได้ทันที คิดจะประพฤติเหลวไหลในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ก็ไปกระทำได้ทัน

ที โดยไม่มีอะไรที่จะต้องลำบากใจ และในเรื่องฝ่ายชั่วนั้นเมื่อได้ไปกระทำสักครั้งหนึ่งแล้ว ย่อมจะเป็นเหตุให้เกิดความฮึกเหิมในทางจิตใจ เพราะความชั่วมันมีรสชาดทำให้เกิดความตื่นเต้น เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน เมื่อไปทำเข้าแล้วก็ไปติดอยู่ในรสชาดความสนุกสนานเพลิดเพลินนั้น ผลที่สุดก็กลายเป็นคนติดในเรื่องนั้น ซึ่งเราจะเห็นได้ว่าคนเราไปติดวัตถุ เช่นติดของมึนเมา ติดการพะนัน ติดความสนุกสนานการเที่ยวการเตร่ความเพลิดเพลินด้วยประการต่าง ๆ แล้วสิ่งที่เราไปติดนั้นมันเป็นเครื่องยั่วยวนชวนใจทำให้เราต้องไปหามันบ่อย ๆ และเมื่อไปทำบ่อย ๆก็ต้องมีการใช้จ่ายทรัพย์สินเงินทอง เงินเดือนที่ตนมีตนได้นั้นมันไม่ค่อยจะพอจะใช้อยู่แล้ว แต่ว่าเอาไปใช้ในเรื่องสุนกสนานไม่เข้าเรื่อง ก็เกิดเป็นปัญหาเงินทองไม่พอใช้ เมื่อเกิดเป็นปัญหาเงินไม่พอใช้อารมณ์ก็ไม่ดี จิตใจไม่สดชื่นไม่แจ่มใส มองอะไรมันขวางหูขวางตาไปหมด เพราะฉะนั้นเมื่อกลับมาถึงบ้าน ก็หาเรื่องทะเลาะกับแม่บ้าน ทะเลาะกับคนใช้ หาเรื่องทะเลาะกับคนบ้านใกล้เรือนเคียง ไม่มีคนจะทะเลาะด้วยก็หาเรื่องทะเลาะกับแมวกับหมาซึ่งตนเลี้ยงไว้ในบ้าน นี่คืออารมณ์ที่มันเสียไปเสียแล้ว ทำไมจึงได้เสียไปถึงขนานนั้นก็เพราะการปล่อยตัวปล่อยใจไปตามสิ่งที่ยั่วยุมากเกินไป จิตใจไม่อยู่กับเนื้อกับตัว ไม่มีอะไรเป็นหลักประจำจิตใจ จึงเกิดความเสียหาย

ทีนี้คนเราที่อยู่ด้วยกันคนหนึ่งประพฤติธรรม อีกคนหนึ่งไม่ประพฤติธรรม คนประพฤติธรรมนั้นแหละมีความทุกข์มากกว่าคนไม่ประพฤติธรรม ทำไมจึงได้มีความทุกข์ มันจริงดังคำที่พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า อยู่ร่วมกับสิ่งไม่เป็นที่รัก ไม่เป็นที่พอใจก็เป็นทุกข์ เช่นเราอยู่ร่วมกับคนที่ไม่พอใจในความประพฤติในความปฏิบัติในชีวิตประจำวัน เราก็ต้องเป็นทุกข์ และการอยู่ร่วมนั้นเป็นข้อผูกมัดทางจิตใจ เพราะเราเป็นครอบครัวเดียวกัน เรามีลูกเต้าที่จะต้องเลี้ยงดูให้การศึกษา เรียกว่า มีพันธทางใจ เมื่อทพันธพางใจในรูปดังกล่าว จะทิ้งจะขว้างกันก็ไม่ได้ จึงต้องทนอยู่กันไปด้วยความทุกข์ทรมาน แต่อีกคนหนึ่งที่ไม่ได้ประพฤติธรรมนั้น เขาเฉย ๆ เขาไม่รู้สึกว่าไม่เป็นทุกข์อะไร คนเราถ้ามีจิตใจในความเป็นมนุษย์แล้วก็ต้องเป็นทุกข์ แต่ถ้าจิตใจเป็นสัตว์เดรัจฉานแล้วมันไม่มีความทุกข์ความเดือดร้อนอะไร คล้ายกับคนเมาเหล้าเขาไม่มีความทุกข์ เพราะในขณะที่เขาเมาจัดนั้น เขาไม่มีคุณธรรมแห่งความเป็นหนุษย์อยู่ในจิตใจ ไม่มีความรู้สึกผิดชอบชั่วดี ไม่มีความรับรู้สึกผิดชอบชั่วดี ไม่มีความรับ

ผิดชอบในชีวิตในการงานในหน้าที่อะไรทั้งนั้น เขาก็ย่อมจะไม่มีความทุกข์ในขณะนั้น เพราะฉะนั้นพวกที่ชอบกินเหล้าจึงชอบพูดว่ากินเหล้าแล้วมันหายกลุ้มใจ ที่มันหายกลุ้มนั้นไม่ใช่เพราะอะไร มันไม่มีความเป็นมนุษย์นั่นเอง มนุษย์สำนึกมันหายไปจากจิตใจ ลืมว่าตัวเป็นอะไร เช่น ลืมว่าตัวเป็นมนุษย์ ลืมว่าตัวเป็นคนไทย ลืมว่าตัวเป็นพุทธบริษัท ลืมว่าตัวเป็นพ่อ ลืมว่าตัวมีหน้าที่ในงานการอย่างนั้นอย่างนี้ อะไรต่าง ๆ ที่มีอยู่ในตัวนั้นมันหายไปหมด ไม่มีความสำนึกในหน้าที่ในอะไรทั้งนั้น เวลานั้นจึงไม่มีความทุกข์ ไม่มีความทุกข์แบบนี้ ไม่ใช่เป็นผู้ไม่มีความทุกข์แบบผู้มีปัญญา แต่ไม่มีความทุกข์แบบตอไม้ หรือว่าแบบสัตว์เดรัจฉานที่ขาดความสำนึกในอะไรต่าง ๆ นั่นเอง มันผิดกันแบบคนไม่มีความทุกข์แบบมีปัญญานั้น คือเขามองเห็นอะไรต่างชัดเจนตามสภาพที่เป็นจริง แล้วก็รู้ว่าสิ่งนั้นคืออะไร จิตใจเขาไม่เข้าไปเกี่ยวข้องไม่ไปยึดมั่นถือมั่นอยู่ในสิ่งนั้น รู้จักปล่อยรู้จักวาง อันนั้นเป็นเรื่องของคนเป็นสุขทางใจเพราะปัญญาเข้าไปเกี่ยวข้อง แต่คนเป็นสุขทางใจเพราะความโง่เข้าไปเกี่ยวข้องนั้น ความจริงไม่ควรจะเรียกว่าเป็นความสุขอะไร แต่ควรเรียกว่าเป็นความหลงไหลเพลิดเพลินอยู่ในวัตถุนั้น ๆ จนไม่รู้ว่าตัวเป็นอะไร เรามีคำในภาษาไทยที่เราพูดกันอยู่คำหนึ่งว่า "ลืมตัว" นั่นแหละสภาพเช่นนั้นแหละเขาเรียกว่าลืมตัว ลืมว่าตัวเป็นอะไร ลืมหมดทุกสิ่งทุกประการ แล้วตัวก็ไม่มีความรู้สึกว่าเป็นทุกข์ในเรื่องนั้น ๆ เพราะไม่มีหน้าที่ที่จะต้องไปรับผิดชอบ ลืมอะไรไปหมดทุกอย่างแล้ว อันนี้ไม่ใช่เรื่องที่เราต้องการ ความเป็นอยู่ในเช่นนั้นมันเป็นปัญหาสร้างความทุกข์สร้างความเดือดร้อนให้แก่คนอื่นด้วยประการต่าง ๆ คนเราถ้าคิดถึงหน้าที่ถึงความเป็นอะไร ๆ เสียบ้าง บางทีก็พอจะยับยั้งชั่งใจ ได้เกิดความคิดความนึกขึ้นมาได้บ้าง แต่ว่าไม่มีโอกาสที่แสงสว่างแห่งความรู้สึกผิดชอบชั่วดีจะส่องเข้าไปถึงใจบุคคลนั้น เพราะอะไร เพราะบุคคลประเภทอย่างนั้นไม่เคยเข้าใกล้แสงสว่าง ไม่เคยได้สนทนากับคนที่มีปัญญามีความคิดความอ่าน แต่ว่าได้สนทนาพบปะกับคนประเภทมัวเมาหลงไหลอยู่ในวัตถุนั้น ๆ ทั้งหมดตลอดเวลา จึงไม่มีโอกาสที่จะคิดว่า สิ่งที่เราทำอยู่นี้มันไม่ดี ไม่เหมาะไม่ควร เป็นการทำลายชีวิตทำลายอนาคต ทำลายวงศ์ตระกูลครอบครัว ตลอดจนถึงประเทศชาติให้ย่อยยับลง

ไป เขาคิดไม่ได้ เพราะไม่มีใครพูดเรื่องอย่างนี้ให้ฟัง พอนั่งล้อมวงกันเข้าก็คุยกันไปสนุกกันไป เฮฮากันไปตามเรื่อง ทำให้เกิดความเพลิดเพลินไป จนไม่ได้นึกว่ากูเป็นอะไร เกิดมาทำไม อยู่เพื่ออะไรนึกไม่ได้ แล้วแสงสว่างมันจะเกิดขึ้นได้อย่างไร แต่ถ้าหากว่าคนประเภทอย่างนั้นได้มีโอกาสเข้าใกล้บุคคลที่มีความประพฤติชอบเสียบ้าง ก็จะเป็นเรื่องที่น่าปลื้มอกปลื้มใจเป็นสิ่งที่ดีที่งามขึ้น.

เมื่อก่อนถึงวันเข้าพรรษา มีคนที่บวชเก่าที่วัดนี้มาหา พร้อมด้วยคุณแม่ เมื่อมาหาอาตมาจำไม่ได้เพราะหน้าตาเมื่อมาบวชนั้นมันอย่างหนึ่ง บวชแล้วสึกออกไปเป็นคฤหัสถ์ก็เป็นอีกอย่างหนึ่งคนคนนี้เขาเหลือเกินเ มาอย่างที่เรียกว่าไม่มีใครต้องการแล้ว ผู้บังคับบัญชาก็เตรียมปากกาลงไปแล้วที่จะเซ็นต์ชื่อปลดออกจากหน้าที่การงาน แต่ว่าผู้บังคบบัญชาอีกคนหนึ่งสงสารว่าเผ่าพันธุ์เขาก็ดีอยู่กับพ่อแม่เขาก็เรียบร้อยไ ม่ใช่คนชั่วโดยสันดานกรรมพันธุ์ มันไม่ได้เป็นเช่นนั้นแต่ที่เป็นก็เพราะสมาคมกับสิ่งชั่ว ควรจะให้เขาแก้ตัวสักหน่อย ก็เลยพามา ดึเอามาบวชในพระศาสนา บวชอยู่หนึ่งพรรษา ครั้นพอออกพรรษาแล้วเขาก็ออกไป หายไป ไม่ได้มาหาเลยเป็นเวลานาน แม่มาพบก็ถามว่า ลูกชายมาเยี่ยมท่านบ้างหรือเปล่า บอกว่า ไม่เคยมาเลย วันนั้นก็พามาหน้าตาสดใสผมเผ้าเรียบร้อย เลือดฝาดเปล่งเปลั่งจำไม่ได้ คือว่ามันเป็นผู้เป็นคนขึ้นมาเรียบร้อยขึ้นจำไม่ได้ก็เลยถามว่า เราเดี๋ยวนี้เป็นอย่างไรยศฐาบันดาศักดิ์มันขึ้นไปถึงไหนแล้ว ก็ยินดีที่ได้เลื่อนยศฐาบันดาศักดิ์ขึ้นไป แล้วก็บอกว่า ผมตั้งแต่สึกออกไปแล้ว เด็ดขาดเลยไม่ได้ไปดื่มน้ำเมาอะไรกับเพื่อนเลย เพื่อนเขาถามเหมือนกันว่า เองไปที่วัดชลประทานฯมา ท่านสอนอย่างไรจึงเลิกได้เด็ดขาด บอกว่า ท่านพูดบ่อย ๆ เตือนบ่อย ๆ เราก็รู้สึกว่ามันละอายขึ้นในใจ แล้วเมื่อสึกออกไปแล้วก็ไปนอนฝัน ฝันว่าท่านมาหาในเวลากลางคืนแล้วก็บอกว่า เธออย่าเที่ยวไปดื่มของเขาเข้าอีกนะ ถ้าไปดื่มเข้าอีกแล้วมันเป็นลูกหมาไม่ใช่ลูกคนแล้ว ว่าอย่างนั้นฝันไปถึงขนาดอย่างนั้น บอกว่า แหมฝันอย่างนี้แล้วดื่มไม่ลงแล้ว เลยเป็นคนเรียบร้อยขึ้นมาได้ นี่ก็เพราะว่าได้คบหาสมาคมกับสิ่งดีสิ่งงามขึ้น จึงได้เปลี่ยนชีวิตจิตใจไปในรูปอย่างนั้น เพราะฉะนั้นการที่บิดามารดาเขี่ยวเข็นเอาลูกชายเข้ามาอบรมบ่มนิสสัยในพระศาสนานั้น ก็เพื่อเรื่องอย่างนี้ เพื่อจะให้พบแสงสว่างของชีวิต จะคิดเปลี่ยน

แปลงชีวิตจิตใจเข้าหาทางถูกทางชอบต่อไป เมื่อพูดถึงเรื่องอย่างนี้อยากจะพูดกล่าวเตือนญาติโยมทั้งหลายว่า เป็นเรื่องจะต้องรีบร้อนเสียแล้ว ชักช้าอยู่ไม่ได้ คือเป็นเรื่องที่เราจะต้องรีบจัดทำให้เร็วที่สุดเท่าที่จะเร็วได้ ทำไมจึงได้กล่าวออกมาอย่างนี้ เพราะว่าสังคมในบ้านเมืองของเราในเวลานี้ มันมีปัญหามีความวุ่นวายเกิดขึ้น ความวุ่นวายทั้งหลายแหล่เหล่านั้นเกิดจากสภาพความตกต่ำทางจิตใจ ไม่ได้เกิดมาจากเรื่องอะไรอื่น เกิดจากความตกต่ำทางจิตใจเพราะจิตใจคนห่างจากธรรมะ ห่างสิ่งดีสิ่งงาม ก็เลยไปอยู่กับสิ่งชั่วสิ่งทราม อันจะก่อให้เกิดปัญหาสร้างความทุกข์ความเดือดร้อนในกาลต่อไปข้างหน้า ถ้าเรามีความรักในประเทศชาติมีความรักในระบบการปกครองที่เราเป็นอยู่ ในปัจจุบันนี้ ซึ่งเรียกว่าระบอบประชาธิปไตย อาตมามองเห็นว่าไม่มีอะไรที่จะช่วยให้เราเป็นตัวเองอยู่ ได้ ในสภาพอย่างนี้ ถ้าเราไม่หันหน้าเข้าหาพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ เพราะสิ่งทั้งสามประการนี้แหละจะเป็นร่มโพธิ์ร่มไทรให้ความมสุขความสงบแก่พวกเราได้ การที่เราจะเข้าหาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์นั้นก็อยากจะทำความเข้าใจเป็นพื้นฐานอีกสักนิดหนึ่งว่า เอาพระพุทธเจ้าเป็นที่พึ่ง พระธรรมพระสงฆ์เป็นที่พึ่งนั้น เราไม่ได้เอาเป็นที่พึ่งในฐานเป็นของขลัง ในฐานะเป็นสิ่งศักดิ์สิทธิ์มีฤทธิ์มีเดช ที่จะช่วยป้องกันตัวเราให้พ้นจากภัยอันตราย ไม่ใช่อย่างนั้นเวลานี้มีการส่งเสริมกันในเรื่องความขลังมากในเรื่องความศักดิ์สิทธิ์กันมาก นึกว่าสิ่งเหล่านี้จะช่วยชาติช่วยบ้านเมืองได้ อาตมาจะขอคัดค้านอยู่คนเดียวว่า มันจะไปไม่รอดถ้าเราเอาแต่เรื่องความขลัง เรื่องความศักดิ์สิทธิ์มาเผยแพร่แก่ประชาชน มาส่งเสริมให้ประชาชนหลงไหลมัวเมาในความขลังความศักดิ์สิทธิ์ของพระรัตนตรัยแล้วจะไปไม่รอด ที่จะไปรอดนั้นเราจะต้องทำอย่างไร อย่างเดียวเท่านั้นที่จะช่วยได้ คือเราต้องศึกษาธรรมะให้เข้าใจ เราจะต้องปฏิบัติตามธรรมะที่เราได้เข้าใจแล้ว อันนี้แหละจะช่วยได้ พระพุทธศาสนาจะศักดิ์สิทธิ์อยู่ที่ตรงนี้ อยู่ตรงที่เราทุกคนชวนกันปฏิบัติธรรมแล้ว ให้เสกพระขายกันทั่วบ้านทั่วเมืองก็จะช่วยไม่ได้ เพราะคนไม่ประพฤติธรรมแล้วจะช่วยได้อย่างไร เอาแต่เรื่องความขลังเอาแต่เรื่องความศักดิ์สิทธิ์มาช่วยช่วยไม่ได้ แต่ว่าเราต้องช่วยกันศึกษาช่วยกันปฏิบัติธรรมะให้ซาบซึ้งจริง ๆ ให้เราได้เห็นประโยชน์ของธรรมะว่าเมื่อเราปฏิบัติแล้ว เรามีความสุขจริง ๆ มีความสงบใจจริง ๆ ปัญหาในครอบครัว

หายไป ปัญหาในหน้าที่งานการหายไป เพราะเราได้ช่วยกันประพฤติธรรม อันนี้เท่านั้นแหละจะช่วยได้ เราจึงต้องช่วยกันส่งเสริมในเรื่องนี้ ส่งเสริมในเรื่องการศึกษาธรรมะให้แพร่หลาย และส่งเสริมให้ทุกคนหันหน้าเข้าหาการศึกษา ให้หันหน้าเข้าหาการปฏิบัติมากขึ้น กิจที่เราควรจะทำในเวลานี้ จะเริ่มต้นที่ไหน อาตมาอยากจะบอกว่า ต้องเริ่มต้นที่ตัวเราทุกคนในฐานะที่เราเกิดมาเป็นคนไทย ในฐานะที่เราปฏิญาณตนว่าเป็นพุทธมามกะ คือรับเอาพระพุทธเจ้าว่าเป็นที่พึ่ง รับเอาพระธรรมว่าเป็นที่พึ่ง รับเอาพระ สงฆ์ว่าเป็นสรณะเป็นที่พึ่ง เราก็ต้องหันมาสำรวจตรวจสอบตัวเราเอง ว่าเรานี้ที่เรียกว่าเป็นพุทธบริษัท หรือว่าเป็นพุทธมามกะ เราเป็นกันในรูปไหน เรามีจิตใจเข้าถึงพระพุทธเจ้าขนาดไหน มีจิตใจเข้าถึงธรรมะเท่าใด เราได้ทำตนให้อยู่ใกล้พระพุทธเจ้าที่ถูกที่ต้องขนาดไหน หรือว่าเราเข้าใกล้พระพุทธเจ้าในรูปใด ด้วยวิธีใด เป็นเรื่องที่จะต้องตรวจสอบที่ตัวเราเอง เพื่อให้รู้จักตัวเองให้เข้าใจตัวเองว่า เราเรียกตัวเองว่าเป็นชาวพุทธเป็นกันด้วยวิธีใดเป็นถูกต้องหรือเปล่าเพื่อจะได้แก้ไขตนเองต่อไป.

ขออภัยที่จะพูดว่า มีอยู่ไม่ใช่น้อยที่เราเป็นพุทธบริษัทษัทแต่เพียงชื่อ แต่ไม่รู้จักความหมายของสิ่งเหล่านี้ถูกต้องที่ไม่รู้จักความหมายถูกต้องนั้นจะไปโทษญาติโยมก็ไม่ได้ แต่โทษว่าพระสงฆ์องค์เจ้าเราไม่ค่อยจะได้อธิบายสิ่งที่เป็นความถูกต้องให้ญาติโยมได้รู้ได้ความเข้าใจ ไม่สอนสิ่งที่เป็นเนื้อแท้ของพระศาสนา อันควรจะนำมาใช้เป็นหลักปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ไม่สอนพระพุทธศาสนาที่เป็นหลักจะนำมาปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ไม่สอนพุทธศาสนาที่เป็นหลักจะนำมาปฏิบัติเพื่อสร้างตนสร้างชาติสร้างบ้านเมืองให้มีความเจริญก้าวหน้าไปในทางที่ถูกที่ชอบ เราไม่ค่อยจะได้สอนกันในเรื่องอย่างนี้ แม้ว่าจะมีการเทศน์การสอนอยู่ทั่ว ๆ ไป แต่เมื่อฟังดูแล้วไม่ค่อยจะได้กล่าวย้ำกล่าวแนะถึงวิธีการที่เราทั้งหลายจะปฏิบัติตนอย่างไร จึงจะถูกตรงตามแนวทางของพระพุทธเจ้า ควรจะปฏิบัติตนอย่างไร เพื่อให้ถูกตรงตามเหตุการณ์ทั้งหลายที่เป็นอยู่ในยุคปัจจุบัน เช่นในสังคมในยุคปัจจุบันนี้ เราควรจะปฏิบัติตนอย่างไร

จึงจะเอาตัวรอดปลอดภัย ไม่ได้กล่าวย้ำกล่าวเตือนในเรื่องที่ถูกต้อง แล้วอีกประการหนึ่งที่เป็นความบกพร่อง ทั่ว ๆ ไป คือไม่แก้ไขความบกพร่องของญาติโยมพุทธบริษัทที่มีอยู่ไม่ใช่น้อยในเรื่องความเชื่อ ในเรื่องความคิดเห็น ในเรื่องการปฏิบัติตามหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนา ญาติโยมก็เลยไม่รู้ไม่เข้าใจ ว่าตัวเรานั้นนับถือถูกหรือเปล่า หรือนับถือพระพุทธศาสนาผิดทาง มีความเชื่อตรงต่อคำสอนของพระพุทธเจ้า หรือว่าเชื่อไม่ถูกไม่ตรงตามคำสอนของพระพุทธเจ้า อันนี้แหละที่ทำให้เกิดปัญหาวุ่นวายกันอยู่ไม่ใช่น้อยเหมือนกัน.

แล้วอีกประการหนึ่งพระสงฆ์องค์เจ้าเราก็มีไม่ใช่น้อย ที่ไม่พยายามจะชักจูงญาติโยมเข้าหาทางสว่างของชีวิต ไม่พยายามที่จะทำให้ญาติโยมเข้าใจถูกตามคำสอนของพระพุทธเจ้า แต่ว่าเป็นพวกตามใจญาติโยม ญาติโยมต้องการอะไร ให้ทำอะไรก็ทำไปตามความต้องการโดยไม่ได้คำนึงว่าการกระทำนั้นจะทำให้โยมสว่างขึ้นด้วยปัญญา หรือจะทำให้โง่เขลางมงายลงไปในเรื่องอะไรต่าง ๆ ไม่ได้คิดคำนึงถึงข้อนี้ เพราะตัวผู้กระทำนั้นก็บกพร่องในเรื่องความรู้ความเข้าใจในเรื่องคำสอนของพระพุทธเจ้าอยู่เหมือนกัน คือไม่เข้าใจชัดในคำสอนของพระพุทธเจ้า ว่าสอนเรื่องอะไร ให้ทำอย่างไร ให้มีความเชื่อในรูปใด ให้มีความคิดเห็นในเรื่องใด ไม่เข้าใจในเรื่องอย่างนี้ถูกต้อง ที่ไม่เข้าใจถูกต้องก็เพราะว่า ไม่สนใจศึกษาไม่เข้าใกล้ผู้รู้ แต่ว่าไปมัวเมาอยู่ในด้านวัตถุอันตนจะพึงมีพึงได้จากการกระทำที่ผิดจากการกระทำของพระพุทธเจ้า เพื่อให้ได้มาซึ่งลาภสักการะ แล้วก็เอาไปทำอะไร ๆ กันตามเรื่อง อันนี้เป็นเรื่องที่เรียกว่าทำลายตัวเอง ทำลายพระพุทธศาสนาโดยไม่รู้ตัว เราทำลายสิ่งที่เรารักเราเคารพอยู่ โดยไม่รู้ตัว ไม่รู้ตัวว่าเราทำลายสิ่งที่เรารักเราเคารพ คือพระพุทธศาสนาอันนี้แหละเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดความเสื่อมโทรมทางจิตใจอยู่ในสมัยนี้ อาตมานั่งคิดนั่งนึกอยู่ตลอดเวลา ่า ไม่ได้การแล้ว ถ้าเราจะปล่อยกันไปอย่างนี้เรื่อยไปบ้านเมืองจะตกต่ำลงไปทุกวันเวลา จึงควรจะได้เร่งเร้าศรัทธาในทางที่ถูก การปฏิบัติในทางที่ถูก ความเข้าใจในทางที่ถูกที่ชอบให้แก่ญาติโยมพุทธบริษัททั้งหลาย ให้ญาติโยมทั้งหลายได้รู้ว่า อะไรเป็นเนื้อแท้อะไรไม่ใช่ การปฏิบัติในชีวิตประจำของเราที่เป็นอยู่นี้ ที่เกี่ยวเนื่องกับศาสนามีสภาพอย่างไร

อันนี้เป็นเรื่องที่ควรทำความเข้าใจกันให้ถูกต้อง เพราะฉะนั้นจึงต้องเริ่มต้นด้วยการศึกษาที่ถูกต้องแล้วต่อไปก็ปฏิบัติให้ถูกต้อง ส่วนผลอันจะเกิดขึ้นนั้นไม่ต้องคิดล่ะ เพราะเมื่อเราศึกษาถูกต้องปฏิบัติถูกต้อง ผลที่เกิดขึ้นก็ต้องเป็นเรื่องที่ถูกต้องเป็นธรรมดา เรื่องที่จะเริ่มต้นก็คือการให้การศึกษาที่ถูกทางแก่ผู้ที่เข้ามาหาพระพุทธศาสนา โดยเฉพาะอย่างยิ่งคือเด็ก ๆ เยาวชนทั้งชายหญิง

เวลานี้อาจารย์ โรงเรียนสามเสนวิทยาลัย ได้นำเด็กนักเรียนมาทุกวันอาทิตย์ ญาติโยมก็คงจะเห็นที่เดินเป็นกลุ่ม ๆ เด็กเหล่านี้มาถึงในตอนเช้า เข้าไปนั่งสงบจิตที่ศาลาข้างในฝึกอบรมกรรมฐาน ฝึกสมาธิ เพื่อให้เด็กได้รู้จักบังคับตัวเอง ได้มีการทำจิตให้สงบ เพื่อจะได้เอาไปใช้เป็นเครื่องมือในการศึกษาเล่าเรียนต่อไป ครั้นไปทำอยู่ครึ่งชั่วโมงแล้ว ก็ออกมา แต่สถานที่ที่ โรงเรียนนี้มันไม่พอจะให้เด็กนักเรียนเข้ามานั่ง ก็เลยนั่งตามร่มไม้ทั้งหลายเป็นกลุ่มกันอยู่ อาจารย์ก็คอยควบคุมอยู่ เพื่อให้เด็กเหล่านั้นเข้ามาศึกษา เราก็ต้องให้การศึกษาอันถูกต้องแก่เด็ก ๆ เหล่านั้น ให้ความเชื่อความเข้าใจถูกตรงตามหลักพระพุทธศาสนา พระพุทธศาสนาเป็นศาสนาที่ทันสมัยทันเหตุการณ์ ไม่ใช่ศาสนาที่ล้าหลัง ไม่มีเรื่องงมงาย ไม่มีเรื่องไร้สาระ ไม่มีเรื่องหลอกคนให้เชื่อ แต่ว่าเป็นเรื่องสัจจะเป็นเรื่องความจริงทั้งนั้น เราก็ควรจะพูดเรื่องที่จริงที่แท้ที่พระพุทธเจ้าสอนไว้เป็นหลักในพระไตรปิฎกให้เด็ก ๆ เหล่านั้นเกิดความรู้ความเข้าใจ.

ทีนี้มันเกิดข้อขัดแย้งขึ้นเหมือนกัน คือเด็กรับความรู้อย่างหนึ่ง พ่อแม่มีพื้นฐานอีกอย่างหนึ่ง ทีนี้ลูกกับพ่อแม่ไม่ถูกกันขึ้น เช่นว่าลูกมาบวชที่วัดชลประทานได้รับความรู้ความเข้าใจตามแบบที่อาตมาสั่งสอนอบรม เขาก็มีความเข้าใจถูก ศรัทธาถูกต้อง มีทิฏฐิถูกต้องตามหลักพระพุทธศาสนา แต่ว่าพ่อแม่ซึ่งอยู่บ้านยังไม่เข้าใจ ไม่ถูกตรงตามหลักที่ลูกเข้าใจ เลยไปขัดคอกันขึ้นอีก หาว่าไปบวชวัดชลประทานฯถูกท่านเจ้าคุณปัญญาแกล้างสมองอะไร ๆ ก็ไม่ถือไปเสียหมดแล้ว ของเก่าของแก่คนโบราณเขาถือกลับไม่ถือ ไปว่าเสียอย่างนั้นอีก ความจริงของเก่าแก่ที่ถืออยู่นั้นไม่ได้เก่าแก่อะไร เป็นของที่เรียกว่ากลางเก่ากลางใหม่ ของเก่าแก่มันต้องเป็นของพระพุทธเจ้า ซึ่งเก่าที่สุดถึงสองพันห้าร้อยกว่า

ปี อันนี้แหละเก่าแก่แท้ แล้วเก่าแก่แท้ ๆ ของพระพุทธเจ้านั้นท่านสอนอะไร สอนเราให้ศึกษา ให้ศึกษาในเรื่องสามอย่าง ให้ศึกษาให้เข้าใจในเรื่องระเบียบวินัยของชีวิต ซึ่งเรียกว่า สีลสิกขา สอนให้ศึกษาในเรื่องจิตตสิกขา หมายความว่าให้รู้จักควบคุมความนึกความคิดของตนเอง ให้เป็นไปในทางที่ถูกที่ชอบ ที่จะก่อให้เกิดความสุขความเจริญความสงบในชีวิตประจำวัน แล้วก็สอนให้มีปัญญาในทางที่ถูก ให้รู้จักธรรมชาติของชีวิต ให้รู้จักสิ่งที่เกิดขึ้น รู้จักเหตุของมัน แล้วให้รู้จักว่าสิ่งนั้นเป็นคุณเป็นโทษอย่างไร เมื่อเกิดขึ้นแล้วมันให้อะไรแก่เรา เราควรจะแก้ไขสิ่งนั้นโดยวิธีใด อันนี้เป็นการศึกษาที่ถูกต้อง เป็นเรื่องเก่าแก่ที่มีอยู่ในคัมภีร์ทางศาสนา แต่ว่ามารดาบิดาไม่ได้ศึกษาในเรื่องอย่างนี้ ไปนับถือตามประเพณีไปทำตามประเพณี พอจะบวชลูกก็มาถามว่าบวชวันไหนดีนี่มันไม่ใช่เรื่องพระพุทธศาสนา บวชวันไหนก็ได้ถ้าอุปัชฌาย์อยู่ก็บวชได้ทั้งนั้นพอจะสึกก็ถามว่าวันไหนดีอีก ท่านช่วยดูฤกษ์ดูยามให้หน่อยสึกวันไหนดี ลูกชายฉันจะได้เจริญก้าวหน้าต่อไป สอนไว้พอแล้ว สอนไว้สามเดือนพอแล้วสำหรับที่ลูกชายของโยมจะเอาไปใช้สำหรับชีวิตประจำวัน ผู้ใดเข้ามาบวชแล้วรับฟังคำสอนตลอดสามเดือน ที่สอนทุกวัน ๆ แล้วเอาไปใช้ รับรองว่าไม่ตกต่ำ ไม่เสียหาย ไม่มีอะไรที่จะทำให้.สียผู้เสียคนเป็นอันขาด เพราะได้สอนให้เข้าใจแล้วว่าอะไรเป็นอะไร เขารู้เขาเข้าใจ แต่ว่าพ่อแม่ที่ไม่รู้ไม่เข้าใจไปเชื่อตามคนเฒ่าคนแก่ที่ไปหลงผิดมา แม้ไปเชื่อพระสงฆ์องค์เจ้าที่ไม่เข้าใจพระพุทธศาสนา ไม่ได้สอนคำสอนของพระพุทธเจ้า แต่ว่าไปทำเรื่องไสยศาสตร์เสียบ้าง เรื่องนอกลู่นอกทางไป ศาสตร์อะไรต่ออะไรก็ไม่รู้ซึ่งเราได้ยินเขาประกาศทางโทรทัศน์ ได้ทำพิธีปลุกเสกตามแบบไสยศาสตร์ตามแบบพรหมศาสตร์ ไม่ใช่เรื่องพุทธศาสนาทั้งนั้น ที่ทำมาทั้งหมดนั้นไม่เกี่ยวเนื่องกับพระพุทธศาสนา แต่ไปจูงคนให้เชื่อในเรื่องอย่างนั้น อันนี้แหละทำให้ขัดกันขึ้นระหว่างมารดาบิดา จึงใคร่ขอทำความเข้าใจกับญาติโยมว่า สิ่งใดที่ลูกของท่านได้รับได้เรียนได้รู้ไปจากสำนักวัดชลประทานฯนั้น ขอให้รู้ว่านั่นเป็นสิ่งที่ถูกต้องตามหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนา เป็นเนื้อแท้ที่ท่านปัญญาเอามาสอนให้ลูกของท่านเข้าใจ แล้วโยมก็ต้องรับฟังลูกเขาพูดในเรื่องนั้น อย่าไปยึดถือของเก่าที่ไม่เข้าเรื่อง อันมีอยู่ในส่วนอื่นของสังคมที่เราทำกันอยู่ทั่ว ๆ ไป ถ้าเราปรับความเข้าใจกันได้อย่างนี้แล้ว เรื่องอะไร ๆ ก็จะไม่เกิดขึ้น.

เพราะฉะนั้นเริ่มต้นต้องมองดูตัวเอง แล้วก็ปรับความคิดความเชื่อ การกระทำของเราให้เข้าแนวพระพุทธศาสนา เช่นในฐานะที่เราเป็นอุบาสกอุบาสิกา เราก็ควรจะปรับแนวของเราว่า เราเป็นอุบาสกอุบาสิกาอย่างไร ที่เรียกว่าเป็นอุบาสกอุบาสิกาอย่าเข้าใจเขว อย่านึกว่าคนไปวัดเป็นอุบาสก หรือว่าผู้หญิงไปวัดเรียกอุบาสกอุบาสิกา ไม่ใช่ ญาติโยมหญิงชายทุกที่ไม่ได้บวชเป็นภิกษุสามเณรในพระพุทธศาสนา แต่อยู่บ้าน เรียกว่าเป็นอุบาสก เป็นอุบาสิกาทั้งนั้น เพราะอุบาสกอุบาสิกาเป็นผู้รับนับถือพระพุทธศาสนา ใครเป็นผู้นับถือพระพุทธศาสนาเป็นผู้ชาย ก็เรียกว่าเป็นอุบาสก ผู้หญิงก็เรียกว่า อุบาสิกา อุบาสกอุบาสิกาแปลว่า ผู้เข้าไปนั่งใกล้พระพุทธเจ้า อยู่ใกล้ด้วยความประพฤติทางกาย ทางวาจาทางใจ อยู่ใกล้พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ด้วยการปฏิบัติดีปฏิบัติชอบด้วยกายด้วยวาจาด้วยใจ ถ้าเป็นผู้ประพฤติผิดจากคำสอนของพระพุทธเจ้า ไม่เรียกว่าเป็นอุบาสกอุบาสิกา เพราะเป็นผู้อยู่ไกลออกไปจากพระพุทธเจ้า ห่างพระพุทธเจ้าออกไปอยู่กับอะไรก็ไม่รู้ อย่างนั้นเขาเรียกว่าอยู่ห่างไกลจากพระพุทธเจ้า เพราะฉะนั้นให้เราทุกคนที่เป็นพุทธบริษัท ผู้นั่งแวดล้อมพระพุทธเจ้าได้นามว่าอุบาสกอุบาสิกา ต้องนึกไว้เสมอ ต้องถามตนเองไว้เสมอว่า ความประพฤติการกระทำ ความคิดความเห็นของเราเฉียดใกล้พระพุทธเจ้าเข้าไปหรือเปล่า ต้องถามตัวเองไว้บ่อย ๆ ถ้าเรามีการพูดการคิดการกระทำเฉียดใกล้คำสอนของพระพุทธเจ้า หรือว่าแนบสนิทอยู่กับพระธรรมคำสอนแล้ว ก็เรียกว่าเราเป็นอุบาสกาอุบาสิกอยู่ใกล้ชิดพระพุทธเจ้าพระธรรม พระสงฆ์ เพราะฉะนั้นเมื่อเราเป็นอย่างนี้ เราจึงควรจะได้สำรวจตัวเองว่า เราเป็นผู้ใกล้ขนาดไหน แล้วพยายามทำตนให้ดีที่สุดเท่าที่จะดีได้ ถ้ารู้สึกตัวว่าเรายังอยู่ห่างไกลในแง่ต่าง ๆ เราก็ควรจะปรับปรุงตัวเอง ทุกคนช่วยกันปรับปรุง หัวหน้าครอบครัวปรุงตัวเองก่อน แล้วเด็ก ๆ ก็จะได้ปรับปรุงตามต่อไป ในครอบครัวหนึ่ง ๆ นั้นสำคัญที่หัวหน้า สำคัญที่คุณพ่อคุณแม่นั่นแหละ ถ้าคุณพ่อคุณแม่ประพฤติธรรม ลูกเต้าในครอบครัวก็จะต้องประพฤติธรรมตามพ่อแม่ และผู้ที่ประพฤติธรรมในครอบครัวนั้น ต้องชักชวนแนะนำพร่ำจูงให้ลูก ๆ หลานๆ ผู้เกิดมาในครอบครัวได้เข้าหาธรรมะ ให้เขาได้รู้จักพระพุทธเจ้าพระธรรม พระสงฆ์ เช่นเด็กน้อย ๆ ของเราเราต้องสอนเขา อย่านึกว่าครูเขาสอนที่โรงเรียนแล้ว วิชาสังคมศึกษา วิชาศีลธรรมครูสอนที่โรงเรียนแล้ว ขอโทษเถอะที่สอนที่โรง

เรียนไม่เท่าใดหรอก สู้สอนในครอบครัวไม่ได้ เพราะการสอนในโรงเรียนนั้นไม่ได้กล่าวย้ำกล่าวเตือนมากนัก เพราะครูแกมีเวลาน้อย ต้องสอนหลายวิชา แต่เราพ่อแม่มานั่งคุยกันในวงอาหารนั่งคุยกันเวลาเย็น เวลาว่าง ๆ เราควรจะคุยในเรื่องที่เรียกว่ายกระดับจิตใจของลูกเราให้สูงขึ้นไปทุกวันเวลา ให้ลูกเราได้อยู่ห่างไกลจากสิ่งชั่วสิ่งร้าย อันมีอยู่มากในสังคม ให้เขาได้เข้าใจว่าอะไรมันดีอะไรมันชั่ว อะไรเป็นความเสื่อมอะไรเป็นความเจริญในสังคมที่เป็นอยู่นี้ เด็กไม่มีปัญญาที่จะวินิจฉัย เขาเห็นอะไรเขาวินิจฉัยไม่ถูกว่าอะไรถูกอะไรผิด มันดีหรือชั่ว มันจะเสื่อมหรือว่ามันจะเจริญ ไม่เข้าใจ แต่เด็กนั้นชอบเอาอย่างผู้ใหญ่ เห็นผู้ใหญ่ทำอะไรก็ชอบเอาอย่าง มนุษย์เราเรียกว่ามีการเลียนแบบมันดีนักหนา เอาอย่างกันเหลือเกินเลียนแบบกันเราจึงต้องคอยอธิบายคอยแนะนำว่า สิ่งนั้นเป็นสิ่งควรเอาอย่าง สิ่งนั้นไม่ควรเอาอย่าง สิ่งนั้นไม่ดีสิ่งนั้นดี สิ่งนั้นเป็นไปเพื่อความสร้างสรรค์ สิ่งนั้นเป็นไปเพื่อการทำลายคอยพูดคอยแนะคอยเตือนอยู่ทุกเวลานาที ให้เด็กของเราเกิดความรู้ความเข้าใจ หน้าที่สำคัญของพ่อแม่ไม่ใช่เพียงเลี้ยงลูกให้ โตแต่เพียงร่างกาย แต่ว่าต้องเลี้ยงลูกให้เติบโตในทางจิตทางวิญญาณ อาหารทางจิตทางวิญญาณของเด็กก็คือหลักธรรมคำสอนในทางพระพุทธศาสนา พ่อแม่ต้องเอาไปป้อนเข้าไปทุกวันเวลา ให้จิตใจของเขาเจริญเติบโตด้วยอาหารใจไว้ตลอดไป ถ้าเด็กของเราเจริญด้วยอาหารใจอย่างถูกต้องตามหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนา จิตใจเขาไม่มีช่องว่างที่จะไปรับสิ่งอื่นเข้ามา เพราะเราได้เพาะความนิยมชมชอบไว้ในเรื่องนี้มากพอแล้วอันนี้เป็นเรื่องสำคัญ.

ศาสนิกในศาสนาอื่นเขาทำมากกว่าเรา เช่นว่าพวกอิสลาม พูดแล้วน่าชมเชยเขา เขากวดขันมาก เขากวดขันในครอบครัวคอยควบคุมเด็กของเขาให้มีความเชื่อตามหลักศาสนาเราจึงเห็นว่าพี่น้องอิสลามยึดมั่นในศาสนาของเขาเหลือเกิน ไม่ยอมเปลี่ยนแปลงอะไรแม้แต่น้อย นี่เพราะว่าในครอบครัวเขาพยายามกวดขัน พยายามแนะแนวทางตามทัศนในพระคัมภีร์ของเขาให้เด็กเข้าใจ ของเราก็มีดีอยู่ไม่ใช่น้อย แต่ว่าเราไม่ได้ทำกันทั่วถึง จึงอยากจะขอแนะนำว่าบัดนี้ถึงเวลาแล้ว ที่เราทั้งหลายจะต้องเอาธรรมะของพระพุทธเจ้ามาเป็นดวง

ประทีปมาจุดไว้ในครอบครัวของเรา ให้เป็นแสงสว่างประจำครอบครัวให้ลูกเล็กเด็กน้อยมองเห็นพระพุทธเจ้าเป็นที่พึ่ง เห็นพระธรรมเป็นที่พึ่ง เห็นพระสงฆ์เป็นที่พึ่ง อย่าให้ไปเห็นบุคคลอื่นเป็นที่พึ่งขึ้นมา ซึ่งจะเป็นเรื่องก่อให้เกิดความเสียหายแก่ชาติแก่บ้านเมืองแก่วัฒนธรรมประเพณีสิ่งดีสิ่งงาม อันมีมาในชาติบ้านเมืองมาเป็นเวลาพันปีแล้ว มันจะเสียหายไปเพราะเขาไม่มีหลักทางใจ เราจึงต้องรีบให้หลักแก่เขาตั้งแต่ตัวน้อย ๆ และการสอนนั้นเพียงแต่สอนด้วยปากไม่พอ ต้องทำให้ดูเป็นตัวอย่างด้วย เพราะฉะนั้นครอบครัวของพุทธบริษัทต้องเป็นครอบครัวที่อยู่ในระเบียบในวินัย มีการเป็นอยู่อย่างมัธยัสถ์ไปสุรุ่ยสุร่าย ไม่ฟุ่มเฟือยไม่สนุกสนานในทางเหลวไหล ไม่มีสิ่งชั่วสิ่งร้ายเข้าไปปะปนอยู่ในครอบครัว ให้เราเป็นครอบครัวแห่งชาวพุทธจริง ๆ ครอบครัวชาวพุทธต้องเป็นครอบครัวที่มัธยัสถ์ รู้จักการจับจ่ายใช้สอยเท่าที่จำเป็นอะไรที่ไม่จำเป็นก็ไม่กินไม่ใช้ ให้เด็กรู้จักชีวิตของมัธยัสถ์ไปแต่ตัวน้อย ๆ ให้รู้จักพอใจในสิ่งที่ตนมีตนได้ ให้ขยันขันแข็งในการประกอบกิจการงาน ให้รู้จักหน้าที่ให้เคารพพ่อแม่ ให้มีระเบียบวินัย สิ่งเหล่านี้มันตั้งฐานขึ้นในครอบครัวทั้งนั้น เราจะไปตั้งฐานที่อื่นไม่ได้ ตั้งในโรงเรียนก็ไม่ได้ ในชาติในบ้านเมืองก็ไม่ได้ ต้องตั้งฐานในครอบครัว ทุกครอบครัวต้องรับผิดชอบในการที่จะอบรมลูกเราให้มีความเป็นไทย ให้มีความเป็นพุทธบริษัท ให้มีความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ตามหลักธรรมคำสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้า ถ้าเราได้ช่วยกันในรูปอย่างนี้ เมื่อเด็กนั้นเติบโตขึ้นก็จะไม่ไหลไปสู่ความชั่วความร้าย ซึ่งมีอยู่มากเหลือเกินในบ้านเมือง ของเรา อันนั้นเป็นสิ่งที่ทางบ้านเมืองเขาจะได้จัดการกันต่อไป ต้องปรับปรุงต้องแก้ไขให้เมืองไทยเป็นเมืองพุทธบริษัท เมืองพุทธบริษัทต้องเป็นเมืองที่สงบ เป็นเมืองที่มีระเบียบวินัย เป็นเมืองที่รู้จักมัธยัสถ์ในการจับจ่ายใช้สอย ไม่สุรุ่ยสุร่ายไม่ฟุ่มเฟือยในเรื่องอะไรๆ ต่างๆ จะจัดจะทำอะไรขึ้นก็ต้องนึกถึงหลักคำสอนของพระพุทธเจ้าไว้เป็นพื้นฐานทางจิตใจ อันนี้แหละจะช่วยให้เราอยู่รอดปลอดภัยด้วยประการทั้งปวง

โดยเฉพาะเยาวชนหนุ่ม ๆ น้อย ๆ ซึ่งจะเติบโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ต่อไปในกาลข้างหน้า ก็ใคร่ขอเตือนว่า หนูทั้งหลายต้องนึกถึงชาติ นึกถึงความงามความดีของพระพุทธศาสนาที่ปู่ตาย่ายายของเราได้รับมาตั้งแต่โบราณสืบทอดมาจนถึงบัดนี้ ถ้าไม่มีอะไรดีจริง ๆ แล้วคงจะอยู่ไม่ได้ เราจึงควรจะหันเข้ามาศึกษาว่าอะไรดี มีอะไรเป็นประโยชน์ ที่เราควรจะนำมาใช้ในชีวิตประจำวัน เพื่อสร้างตัวสร้างครอบครัว สร้างชาติบ้านเมืองของเราตามหลักคำสอนของพระพุทธเจ้า อาตมาอยากจะกล่าวยืนยันให้หนักแน่นว่า "เพียงแต่เราปฏิบัติตามหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาเท่านั้น ชาติจะอยู่รอด เศรษฐกิจจะดีขึ้น อะไรๆก็จะเรียบร้อย" เวลานี้มันยังบกพร่องที่เราไม่ได้ปฏิบัติกันอย่างแท้จริง เรานับถือพระพุทธศาสนาแต่ไม่เข้าถึงธรรมะของพระพุทธเจ้าอย่างแท้จริง จึงเป็นอยู่กันดังสภาพที่เป็น ๆ กันอยู่ในบัดนี้ บัดนี้มันถึงเวลาแล้วที่เราทั้งหลายจะต้องนั่งลงพิจารณา แล้วช่วยกันเปลี่ยนแปลงจิตใจเปลี่ยนแปลงความคิดความเห็น ตลอดจนถึงการกระทำ เพื่อให้เข้าใกล้พระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์มากยิ่งขึ้น อันจะช่วยให้เราทั้งหลายมีความเจริญก้าวหน้า ทั้งทางกายทางใจ ทั้งทางด้านวัตถุและทางด้านความสุขความสงบในชีวิตประจำวัน ดังที่ได้แสดงมา เพื่อเป็นเครื่องเตือนจิตสะกิดใจแก่ญาติโยมทั้งหลายในวันนี้ ก็พอสมควรแก่เวลาจึงขอยุติไว้แต่เพียงนี้.

ปาฐกถาธรรม

โดย

พระราชนันทมุนี

ณ วัดชลประทานรังสฤษฎ์ ปากเกร็ด นนทบุรี

วันอาทิตย์ที่ ๕ กันยายน พ.ศ. ๒๕๑๙

ญาติโยมพุทธบริษัททั้งหลาย.

ณ บัดนี้ถึงเวลาของการฟังธรรมะปาฐกถา อันเป็นหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาแล้ว ขอให้ทุกท่านอยู่ในความสงบ ตั้งอกตั้งใจฟังด้วยดี เพื่อให้ได้ประโยชน์จากการฟังตามสมควรแก่เวลา

วันนี้ท้องฟ้าอากาศครึ้มไปหมด ฝนดูท่าทางมันจะตกกันตลอดวัน เมื่อวานนี้ก็ตกวันนี้ก็ตก ในกรุงเทพ ฯ เมื่อวานอาตมาเข้าไปเทศน์น้ำท่วมเหมือนกับวิ่งรถไปในคลองแล้ว น้ำทางเหนือยังไม่มาแต่ว่าน้ำบนฟ้าตกลงมามากเหลือเกิน เลยท่วมไปในถนนบางสาย ตอนเย็นไปเผาศพกับคุณสมัคร สุนทรเวช พูดกันว่าน้ำท่วมถนน เลยบอกว่าดีเหมือนกันน้ำท่วม จะได้หาสาเหตุว่ามันท่วมเพราะอะไร จะได้แก้ไขกันต่อไป ถ้าหากว่าน้ำมันไม่ท่วมก็ไม่ได้ค้นหาสาเหตุ ที่เกิดขึ้นมันเป็นบทเรียนทั้งนั้น เป็นเครื่องเตือนจิตสะกิดใจให้เราได้คิดได้ค้นได้ศึกษาหาทางแก้ไขกันต่อไป เรื่องดินฟ้าอากาศมันเรื่องของธรรมชาติซึ่งไม่มีใครจะไปหักห้ามได้ จะทำให้เกิดก็ไม่ได้ เพราะเป็นเรื่องของธรรมชาติ ถึงเวลาตกเขาก็ตกถึงเวลาหยุดเขาก็หยุดไปตามเรื่องตามราว ไม่มีใครจะไปบังคับว่าตกเวลานั้นหยุดเวลานี้มันทำไม่ได้ แม้จะทำฝนเทียมก็ต้องมีธรรมชาติคือมีเมฆมีอะไร ถ้าไม่มีเมฆฝนมันก็ไม่ตกเหมือนกัน จึงเป็นเรื่องธรรมดาที่

มีขึ้นในสังคม โดยเราอย่าไปทุกร้อนกับฝน เรื่องแดด เรื่องอะไรต่าง ๆ ไปตามเรื่องตามราว ว่ากันตามจริงญาติโยมที่มาฟังปาฐกถาในวันนี้ ก็ยังน่าชมน้ำใจที่ไม่กลัวฝน ฝนตกก็มาได้ คิดอยู่ในตอนเช้าว่า โยมคงจะไม่มาไม่ออกจากบ้านเพราะฝนตก แต่ก็ยังมากันอยู่ตามปกติ ที่เคยมาก็มาตามปกติไม่กลัวฟ้ากลัวฝน ในตอนเย็นนี้พวกเด็ก ๆ เขาแจกประกาศนียบัตร จัดทำกันพอสมควรกางเต็นกันใหญ่ แต่ว่าฝนก็ไม่ปราณีเขาตกตามเรื่องของเขา เราก็ไม่มีความทุกข์ร้อนอะไร ตามภาวะของมันเป็นอย่างไรก็ทำไปอย่างนั้น ไม่ใช่เรื่องที่จะต้องวิตกกังวล จนเป็นเหตุให้เกิดความทุกข์ความเดือดร้อนใจเรามาทำจิตใจให้สบายอย่าไปหวั่นไหวต่อสิ่งที่เกิดขึ้น ให้นึกว่ามันเป็นเรื่องธรรมดาที่จะต้องเกิดจะต้องเป็นไปในรูปเช่นนั้น แล้วเราก็จะไม่มีความทุกข์ความเดือดร้อนใจ คือมีความพอใจแล้วมันก็สบายใจ ความพอใจในธรรมะเขาเรียกว่า สันโดษ พูดถึงเรื่องสันโดษ คนบางคนไม่เข้าใจความหมาย หาว่าเป็นเรื่องไม่ดี ไม่ควรจะเอามาสอนประชาชนชาวบ้าน เพราะถ้าชาวบ้านมีความสันโดษ บ้านเมืองจะไม่เจริญไม่ก้าวหน้า เขาว่ากันอย่างนั้น

ที่ว่ากันอย่างนั้นเพราะไม่เข้าใจความหมายของธรรมะข้อนี้ คือไม่รู้ว่าสันโดษคืออะไร ถ้ารู้ความหมายของสันโดษว่าคืออะไรแล้ว ก็จะไม่มีความตกอกตกใจในเมื่อพระท่านนำสันโดษมาสอนแก่ญาติโยม เพราะว่าเรื่องความสันโดษนั้น ถ้าพูดกันให้เข้าใจแล้วไม่ใช่เรื่องเสีย แต่ว่าเป็นเรื่องดีมีประโยชน์จะทำให้คนเรารู้จักจัดรู้จักทำในเรื่องอะไร ๆ ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นและจะทำให้คนเรามีความสุขทางจิตใจ เพราะรู้จักใช้สันโดษ ถ้าไม่รู้จักใช้สันโดษแล้วจิตใจจะไม่สบาย จะมีความทุกข์อยู่ตลอดเวลา ไม่ว่าอะไรจะเกิดขึ้นในวิถีชีวิตก็เกิดความทุกข์ทั้งนั้น เพราะไม่ใช้สันโดษเป็นแนวทาง เป็นหลักปฏิบัติ ก็จะเกิดความทุกข์ความเดือดร้อนใจ แต่ถ้าผู้ใดรู้จักสันโดษ แล้วก็ใช้สันโดษนี้ให้ถูกต้อง ผู้นั้นจะมีอารมณ์สดชื่นแจ่มใส ไม่มีความทุกข์ความเดือดร้อนเข้ามาพัวพันในชีวิตมากเกินไป

คำว่า สันโดษนี้หมายความว่าอย่างไร สันโดษที่เราเอามาใช้ในภาษาไทย มาจากคำภาษาบาลีว่า สันตุฏฐิ สันตุฏฐิ เรามาแผลงเป็นไทยว่าสันโดษ แปลว่า ความยินดีตามมีตามได้ เป็นลักษณะของสันโดษคือหมายความว่า เรายินดีในสิ่งที่เรามีเราได้ในขณะนั้น ในวันนั้น ในชั่วโมงนั้น หรือในเวลานั้นมีความยินดีมีความพอใจ เรียกว่ามีสันโดษ พอใจนี้มันก็มีหลายแบบ เช่นว่าเราพอใจตามได้ เราทำงานทำการไม่ว่าทำงานอะไร แล้วก็เกิดผลขึ้นจากงานที่เราทำ ผลที่เกิดขึ้นนั้นมันเป็นผลที่เราบังคับเอาตามใจไม่ได้เสมอไป เมื่อมีอะไรเกิดขึ้นจากผลงานที่เราได้ปฏิบัติในชีวิตประจำวัน เราก็พอใจ พอใจในผลงานอันนั้น ความพอใจอย่างนี้เรียกว่ามีความสันโดษ อันคนที่พอใจในงานในผลงานที่ตัวได้นั้น ก็ย่อมสบายใจ เช่นเราลงทุนทำการค้าขาย แล้วมันก็ได้กำไรมาสักเท่าใดก็ตาม สมมุติว่าลงทุนไปร้อยบาท แล้วได้กำไรมาสิบบาท เมื่อมีกำไรสิบบาทนี้เราก็พอใจ เราพอใจว่ากำไรสิบบาทก็ดีแล้ว อย่างนี้ใจมันก็สบาย แต่ถ้าเราได้กำไรสิบบาท เราไม่พอใจ เราบ่นบ่นเรื่อยไป หรือว่ามีความทุกข์วิตกกังวล ว่ากำไรสิบบาทนี้มันน้อยไป ไม่สมกับที่เราลงทุนลงไป มันควรจะได้สักยี่สิบ ควรจะได้สักสามสิบ ในขณะที่เราคิดอย่างนั้นจิตใจกังวลแล้วมีความทุกข์ความเดือดร้อนใจ ไม่มีความสุขใจ แต่ถ้าเรานึกว่าเท่านี้ก็ดีแล้ว ดีกว่าไม่ได้อะไรเสียเลย พอคิดอย่างนี้ใจมันสบาย เพราะว่าเราพอใจในสิ่งที่เราได้ อันเรียกว่าเป็นความสันโดษตามมีตามได้ เราได้มาอย่างใดเราก็พอใจอย่างนั้นก็มีความสบายใจ

เวลาเรารับประทานอาหาร สมมุติว่าแม่ครัวเขาปรุงอาหารมาให้ สักสองอย่าง มีแกงจืดแล้วก็แกงเผ็ดหน่อย เราคนไทยชอบรสเผ็ดอยู่หน่อย เขาก็ทำให้สองอย่าง แกงจืดกับแกงเผ็ด เราไปนั่งลงบนโต๊ะอาหาร แล้วก็มองดูอาหารนั้นไม่พอใจ ว่าทำไมวันนี้กับข้าวมันน้อยไป มีแต่แกงจืดแกงเผ็ด มันควรจะมีไข่เจียวอีกสักอย่างหนึ่ง หรือว่าควรจะมีสลัดอีกสักจานหนึ่ง หรือว่าควรจะมีผักสด ๆ หรือไอ้โน่นไอ้นี่ แต่ว่ามันไม่มีในขณะนั้น มันมีสองอย่างนั้น เมื่อมีสองอย่างเท่านั้นเราไม่พอใจ ถ้าเราไม่พอใจเราก็กินด้วยความทุกข์ กินด้วยความวิตกกังวล มีอารมณ์โทสะเกิดขึ้นในใจ แล้วจะดุแม่ครัวดุคนนั้นคนนี้ เพราะความไม่พอใจในอาหารสองจานที่เราได้รับ เราก็เกิดอารมณ์หงุดหงิดด้วยประการต่าง ๆ อันนี้เรียกว่าไม่สันโดษ เมื่อไม่สัน

โดยก็มีความทุกข์ทางใจเกิดขึ้น เพราะเราไม่พอใจในอาหารนั้น แต่ว่าถ้าเราเป็นคนปฏิบัติธรรมะในเรื่องเกี่ยวกับสันโดษ พอเราเห็นอาหารสองอย่าง เราก็พอใจ เราพอใจว่ามีสองรส มีทั้งรสจืด มีทั้งรสเผ็ด เพียงเท่านี้ก็ดีแล้ว เราจะกินอะไรกันนักหนา กินพออิ่มเท่านั้นเอง ความอร่อยของอาหารนั้นไม่ใช่ของแท้จริงอะไร มันเป็นเรื่องมายาหรอกอร่อยก็เพียงที่ลิ้นนิดหน่อย กลืนลงไปแล้วมันก็หมดเรื่อง เขาทำให้เรารับประทานสองอย่างก็ดีแล้ว ดีกว่ามีอย่างเดียว ถ้ามีอย่างเดียวเราก็นึกว่าดีกว่าไม่มีอะไรเสียเลย เราก็พอใจ เมื่อเราพอใจเราก็กินสบาย มีอารมณ์สดชื่นรื่นเริงในการรับประทานอาหารนั้น ไม่ดุใครไม่ว่าใคร ไม่ทำใจให้เกิดความทุกข์ ความเดือดร้อน ความพอใจมันเป็นความสุขแล้ว ความสุขที่เกิดจากอาหารสองจานนั้น เพราะว่าเราพอใจ

หรือเครื่องนุ่งห่มแต่งเนื้อแต่งตัว เราไปไหนเราก็แต่งไปตามเรื่อง แล้วไปเห็นคนอื่นเขาแต่งดีกว่าเรา ผ้าดีกว่าทันสมัยกว่า หรืออะไร ๆ ดูแล้วมันดีกว่าเราทั้งนั้น ถ้าเราเกิดอารมณ์ขึ้นมาในใจว่า แหม เรามันไม่เป็นคนทันสมัยเสียเลย คนอื่นเขาแต่งดีกว่าเรา แล้วมองดูตัวเองก็ไม่พอใจ ไม่พอใจในเสื้อผ้าที่ตัวแต่งอยู่ ขณะนั้นก็เกิดความทุกข์ทางใจ เกิดความวิตกกังวลมีปัญหาเกิดขึ้นในใจทันที อันนี้เรียกว่าไม่สันโดษในสภาพที่ตนมีตนได้ แต่ถ้าหากว่าเราเห็นใครเขาแต่งอย่างไรก็ช่างเขา เราแต่งของเราอย่างนี้ เราสบายอย่างนี้ของเรามันก็กันร้อนได้กันหนาวได้ กันเหลือบกันยุงได้ ปกปิดความละอายได้มันก็พอแล้ว เราก็สบายได้ เมื่อมีความสบายใจก็ไม่มีมีปัญหา อย่างนี้เรียกว่าสันโดษ สันโดษด้วยเสื้อผ้าที่เรามีเราได้อยู่ในวันนั้นในขณะนั้น นี่เรื่องหนึ่ง

ที่อยู่อาศัยเหย้าเรือนของเราก็เหมือนกัน เรามีบ้านอย่างใดก็ตาม แล้วมีคนอื่นมาปลูกบ้านใกล้กับเราก็ตาม ของเขาใหญ่กว่าสวยกว่าสนามหญ้ากว้างกว่า รั้วงามกว่า เรามองแล้วมองดูบ้านของตัว ดูหมิ่นบ้านของตัว แหมบ้านเราเหมือนกับรังหนู ไม่สวยไม่งามสีก็จืดไม่น่าดู สนามหญ้าก็ไม่สวยไม่กว้างเหมือนกับบ้านโน้น กำแพงก็ไม่ทันสมัย เครื่องใช้ในบ้านก็ไม่ทันสมัย เหมือนกับอยู่ในนรก เพราะว่าสร้างความทุกข์ขึ้นในใจ ไม่พอใจในบ้านที่ตัวอยู่ ทะเยอทะยานไปมองบ้านคนอื่นเขา แล้วก็นึกว่าเราควรจะมีอย่างนั้น ควรจะมีอย่างนี้ตลอดเวลา อย่างนี้ใจมันก็เป็นทุกข์ ไม่มีความสบายใจ แต่ถ้าเราพอใจว่าบ้านเรามันอย่างนี้

ก็ต้องพอใจไปก่อน พอใจไปก่อนเมื่อมันยังไม่มีบ้านที่ดีกว่านี้ ก็ต้องพอใจอันนี้ไปก่อน อันนี้พระพุทธเจ้าท่านตรัสไว้ว่า ยํ ลทฺธํ เตน ตุฏฺฐพฺพํแปลว่าได้สิ่งใดพอใจด้วยสิ่งนั้น เมื่อเราได้สิ่งใดมาเราก็พอใจ เรามีบ้านนี้หลังคากันฝนได้ ฝากันแดดได้ พื้นเรียบร้อยมีความสะอาด เราหลับนอนได้อย่างสบาย เหมือนกันกับบ้านหลังโน้นเราสบายดีเป็นปกติ เราก็ไม่มีอะไรเกิดขึ้นในใจ จิตใจเป็นสุขในขณะที่เรารู้สึกว่าเราพอใจอันนี้ เรียกว่ามีความสันโดษ ความสันโดษมันเป็นศิลปะแห่งการดำรงชีวิต เป็นศิลปะแห่งความสุขใจสบายใจในสิ่งที่เรามีเราได้ เช่นว่าวันนี้ฝนตก เราก็นึกให้มันสบายใจ เออฝนตกก็ดี อากาศเย็นๆ ดีกว่าร้อน วันไหนอากาศร้อนเราหงุดหงิดใจ เหงื่อไหลไคลย้อยฝนตกอย่างนี้มันสบายใจดี ไม่มีอะไรเราก็มีจิตใจสบาย ไม่อึดอัด ไม่ขัดใจเพราะท้องฟ้ามืด หรือฝนตกหรือลมพัดกระโชกมา ใจเรามันเฉยๆ ก็มีความสุขทางใจ จิตใจสบาย ไม่มีปัญหาทางใจมากเกินไป เพราะว่าเราจะไปบังคับว่าฝนเอ๋ยหยุดเสียทีเถอะ ข้ารำคาญเต็มทีแล้ว บังคับมันได้เมื่อไหร่ มันจะตกก็ต้องตกจะเกิดมันก็ต้องเกิด เพราะฉะนั้นเราหมุนใจเราดีกว่า อย่าไปหมุนธรรมชาติเลย ธรรมชาติมันแก้ไม่ได้ เราแก้ใจดีกว่าแก้ใจเราก็คือว่ายิ้มรับสถานการณ์ ฝนตกเราก็ยิ้มรับมันเสีย เออสบายดีเหมือนกันฝนตก วันนี้วันอาทิตย์ไม่มีงานมีการเราไม่ได้ไปออฟฟิศ ฝนตกจะได้อยู่บ้าน จะได้พักผ่อน ไม่ต้องไปไหนไม่เปลืองน้ำมันรถ แต่ว่าต้องไปฟังเทศน์เสียหน่อยเพราะว่าต้องไปอยู่เป็นประจำ มันก็สบายใจไม่เรื่องอะไรที่อื่นเราไม่ไปเพราะว่าฝนตก แต่ว่าไปฟังเทศน์ต้องไปหน่อย เพราะเป็นอาหารใจ เราก็มาด้วยความสดชื่น ใจสบาย นี้เรียกว่า มีสันโดษ คือพอใจในสิ่งที่เรามีเราได้ มันเป็นความสุขทางใจอย่างหนึ่งถ้าเรารู้จักทำ แต่ถ้าเราไม่รู้จักทำใจให้เกิดสันโดษ ก็หงุดหงิดเรื่อยไปมีความทุกข์มีความเดือดร้อนใจมันก็เสียหาย

อันบุคคลที่มีความสันโดษนั้น ไม่ใช่คนขี้เกียจงาน คนสันโดษไม่ใช่คนขี้เกียจ ถ้าประพฤติตามหลักสันโดษแล้วแล้ว จะไม่ขี้เกียจ ทำไมจึงไม่ขี้เกียจ คนขี้เกียจนั้นไม่ใช่คนสันโดษ แต่ว่าเป็นคนไม่มีสันโดษคือไม่พอใจ คนขี้เกียจคือคนที่ไม่พอใจ เขาให้กวาดขยะไม่อยากจะกวาด เขาให้รดน้ำต้นไม้ไม่อยากจะรด เขาให้พรวนดินไม่อยากจะพรวนดิน เขาให้

ทำให้อะไรก็ไม่พอใจทั้งนั้น เมื่อไม่พอใจก็ทำนิดหน่อย ทำนิดหน่อยแล้วก็ทิ้งเครื่องมือไปแล้ว ไม่ทำต่อไป นี่คือความไม่พอใจ เขาเล่าเรื่องไว้เรื่องทางปักษ์ใต้ ฤดูนี้มันเป็นเดือนสิบ เรียกว่าใกล้ทำบุญสารท ชาวบ้านในชนบทพอใกล้ทำบุญสารทเขาต้องไปหามะพร้าว สำหรับเอามาเคี่ยวเป็นน้ำมันเพราะว่าสมัยก่อนน้ำมันไม่ค่อยมี ต้องเคี่ยวเอา เคี่ยวน้ำมันมะพร้าวแล้วทำขนม ขนมประเภททอดมันเขาเรียกว่า ขนมเจาะหู ขนมลูกสะบ้า ขนมอะไรหลายอย่าง เอาไปทำบุญในวันสารท ฤดูนี้มันก็เป็นฤดูทำนา มีคนหนุ่มคนหนึ่ง บ้านเขาไม่ได้อยู่ในทุ่ง แต่เขาอยู่ในป่า ไปอยู่ในป่าเวลาไปขอมั่นลูกสาว คนในทุ่งเขาบอกว่า มึงจะไปอยู่ได้หรือในทุ่งต้นกกมันรก ในนาเต็มไปด้วยต้นกก เหมือนกับสนามหญ้าที่รก ฉะนั้นแหละต้นกกต้นเท่านี้สู้ ต้นไม้ต้นเท่านี้กูยังตัดได้ กลัวอะไรกับต้นกก ว่าอย่างนั้นมันยังไม่ได้แต่งงาน มันนึกว่าต้นกกต้นเล็ก ๆ ตัดเดี๋ยว ๆ ก็ได้ ก็เลยได้แต่งงานกัน เมื่อแต่งงานแล้วเขาก็ไปทำนา ต้องเอามีดไปพั้นต้นกก พั้นต้นกกมันไม่เหมือนกับพั้นต้นไม้เนื้อแข็ง ไม้เนื้อแข็งพั้นลงไปก็เข้าทันทีแต่ต้นกกบางทีพั้นไปแล้วมันไม่ขาด มันลู่มันอ่อนไปเสีย เขาก็พั้นไป แต่ขณะที่พั้นหญ้าเขายืนในน้ำ ยืนในน้ำปริงกัดแข้งกัดขา มันอยู่ในป่าไม่เคยมีปริง ปริงไม่เคยกัดมันสักตัวหนึ่ง พอปริงกัดรำคาญปริง ต้องเอามือไปปลดปริงจากแข้ง เลยก็นึกในใจว่าไม่ไหวแล้วอย่างนี้ทำไม่ได้แล้ว ก็เลยกลับไปบ้านตอนเย็นก็ถามพ่อแม่ว่า **พ่อเมียแม่เมีย** ถามว่าใกล้จะเดือนสิบแล้วที่นี่เวลาจะทำขนมเอามะพร้าวที่ไหน ต้องไปหามาทางริมภูเขา บ้านป่าบ้านสวน มันบอกว่าพรุ่งนี้ฉันจะไปบ้านแล้ว ไปหามะพร้าวเพื่อเอามาเคี่ยวน้ำมันทำขนม แล้วมันก็ไปเลย ไปแล้วมันไม่กลับ ไม่เอามะพร้าวมาให้แม่ยายทำขนม มันเบื่อที่จะไปตัดหญ้าในทุ่งนา ไปหายไปเลยนี่เพราะเรื่องอะไรเรื่องไม่พอใจนั่นเอง ไม่อดทน พอไม่พอใจเกิดขึ้น ไม่อดทนไม่มีความเพียร ไม่มีความตั้งใจที่จะทำสิ่งนั้นแล้ว ผลที่สุดก็ทิ้งงาน ไม่สามารถจะทำได้ อย่างนี้เราเห็นกันอยู่ทั่ว ๆ ไป

เด็ก ๆ ที่เราให้เรียนหนังสือถ้ามันไม่พอใจเรียนคือไม่มีความสันโดษในการเรียนแล้ว มันเบื่อไปหมดเรียนเลขก็เบื่อเรียนภาษาก็เบื่อเรียนอะไรมันเบื่อทั้งนั้น แล้วมันก็หนีโรงเรียน เที่ยวหลบไปอย่างนั้นอย่างนี้ ผลที่สุดก็เรียนไม่ได้ นี่ก็เพราะว่าไม่มีความสันโดษในเรื่องที่ตัวกระทำ ความขี้เกียจเกิดขึ้นความไม่อดทนก็เกิดขึ้น ความตั้งใจที่จะทำมันก็ไม่มี งานไม่สำเร็จ แต่ว่าคนที่มีความสันโดษมีความพอใจในการปฏิบัติหน้าที่นั้น เขาจะไม่ทิ้งงาน เราให้เขาขุดดินพอเขาไปเห็นดินเขาก็พอใจ จับจอบขุดพลิกขึ้นมาก้อนหนึ่งเขาพอใจ พลิกขึ้นมาอีกก้อนหนึ่งเขาก็พอใจ ทุกครั้งที่เขาเอาจอบพื้นลงไปในดินเขาพอใจ พลิกขึ้นมาเขาก็พอใจ คนประเภทนี้ไม่ทิ้งงานเป็นอันขาด เพราะเขาพอใจ นี่แหละเขาเรียกว่าสันโดษ คือพอใจในงานที่ตนจะทำ แล้วไม่ทิ้งงาน เพราะฉะนั้นเราจะเห็นว่าคนบางคนเข้าไปทำงานอยู่กับใคร เช่นทำงานบริษัทห้างร้านหรือทำงานอะไรก็ตาม ทำไปจนแก่จนเฒ่าจนเขาปลดออกจากงาน ไม่ทิ้งไปเลยนี่แสดงว่า คนนั้นมีความสันโดษ พอใจในงานที่เขามอบหมายให้กระทำ แล้วทำไปเจริญทุกราย ก้าวหน้าได้เลื่อนฐานะเลื่อนเงินเดือนเลื่อนตำแหน่ง เพราะเขาพอใจในทางตรงกันข้าม คนที่ไม่พอใจ ไปทำงานที่บริษัทนี้เกิดไม่พอใจ ไม่พอใจเจ้าของไม่พอใจหัวหน้าคนงาน ไม่พอใจสิ่งแวดล้อมภายในโรงงาน อึดอัดขัดใจลาออก แล้วไปหางานใหม่ สันดานไม่ได้ออกไปจากตัวเอาไปด้วย พอไปทำงานใหม่เดี๋ยวเกิดไม่พอใจอีก ลาออกอีกลาออกจนกระทั่งว่า ไม่เป็นล่ำเป็นสัน ทำบริษัทนั้นนิดทำบริษัทโน้นหน่อย ทำบริษัทโน้นหน่อยหนึ่ง แล้วมันจะดีขึ้นได้อย่างไร ถ้ามีใบเซอติฟิเกตไปแสดงคนเจ้าของงานเห็นเข้าไม่ไหว บริษัทนั้นสามเดือนบริษัทนั้นสองเดือน บริษัทนั้นเดือนครึ่ง ใครเขาจะรับเพราะแสดงว่าเป็นคนใจอ่อนโลเล ไม่หนักแน่น ทำอะไรนิด ๆ หน่อย ๆ เดี๋ยวก็ละงานไปแล้ว ก็หางานทำลำบาก ไม่สามารถจะอยู่กับใครได้ นี่มันผิดตรงไหน ตรงที่ไม่มีคุณธรรมคือความสันโดษนั่นเอง แต่ถ้าเรามีความสันโดษมีความพอใจ เราทำงานอะไรก็ทำด้วยความพอใจในงานนั้น ไม่ทิ้งงาน ไม่ย้ายงาน ทำไปจนได้ดิบได้ดี จนก้าวหน้าเป็นที่รักของนายจ้าง นี่คือคนที่มีความสันโดษ ความสันโดษจึงไม่ใช่ความเกียจคร้าน ไม่ใช่ความเบื่อหน่ายต่อชีวิต แต่เป็นความชื่นใจดีใจกับสิ่งที่เรามี

เราได้มันเป็นความสุขอย่างหนึ่ง ซึ่งเกิดขึ้นในใจแล้วทำให้เกิดกำลังเข้มแข็ง เกิดความอดทนเกิดความหนักแน่น เกิดความรักงานรักการ ทำงานด้วยอารมณ์สดชื่นแล้วมันดีหรือไม่ ญาติโยมลองคิดดู สันโดษมันดีไม่ใช่เสียหาย เพราะฉะนั้นพระจึงสอนว่า ให้มีความสันโดษ ในหน้าที่ในการงาน ในทุกสิ่งทุกอย่างไม่ว่าอะไรจะเกิดขึ้นในวิถีชีวิตของเรา เราจะต้องพอใจในสิ่งนั้น ทำความพอใจให้เกิดขึ้น พอมีความพอใจแล้วใจมันสบายไม่ลำบากไม่เดือดร้อน ให้สังเกตุดูสภาพจิตใจของเรา เวลาใดที่เราหงุดหงิดงุ่นง่านขึ้นมา แสดงว่าเราไม่พอใจแล้วไม่พอใจในที่ที่เรานั่งในที่ที่เรายืน ไม่พอใจในสภาพสิ่งแวดล้อม ไม่พอใจบุคคลไม่พอใจเหตุการณ์ต่าง ๆ เราอารมณ์หงุดหงิดขึ้นมาทันที ถ้ารู้สึกว่าจิตใจมีสภาพหงุดหงิดขึ้นมาเช่นนั้น ขอให้ตั้งปัญหาถามตัวเอง ถามว่ามันหงุดหงิดใจเรื่องอะไร มีอะไรทำให้เกิดความหงุดหงิดขึ้นมา เราก็จะตอบได้ทันทีว่า เพราะเราไม่พอใจในสิ่งนั้นในสิ่งนี้ เราตอบได้กับตัวเองว่าไม่พอใจและเมื่อเรารู้ว่าเพราะความไม่พอใจจึงได้เกิดอารมณ์อย่างนี้ขึ้นมา เราจะแก้ไขอย่างไร ก็แก้ไขด้วยการเปลี่ยนเสีย เปลี่ยนจิตใจที่ไม่พอใจนั้นให้เป็นความพอใจทำอย่างไรจึงจะพอใจ ก็มองในแง่ดีแง่งามของสิ่งนั้น ๆ มองในสิ่งนั้นว่ามันดีตรงไหนมันเป็นประโยชน์ตรงไหน มันมีอะไรที่ควรจะชมบ้างในเรื่องนั้น ๆ หัดมองอะไรในแง่ดีแง่งาม แล้วเราก็จะเกิดความพอใจยิ้มออกมาทันทีว่าเออมันก็น่ารัก น่าเอ็นดู ไม่มีอะไรที่น่าจะรำคาญ เรารำคาญเรียกว่ามันเผลอไปเองประมาทไปเองจึงได้เกิดอารมณ์อย่างนี้ขึ้นมาในใจ อันนี้ช่วยให้จิตใจสบาย ไม่มีความทุกข์ความเดือดร้อนในทางจิตใจ นี่ลักษณะของสันโดษอย่างนี้ เรียกว่า สันโดษตามสิ่งที่เรามีเราได้

สันโดษตามกำลังมันก็มีเหมือนกัน เรามีกำลังเท่าไหร่สมมติว่ามีทุนอยู่แสนหนึ่งแล้วเราจะทำการค้าขาย เราก็ต้องพอใจในทุนที่เรามี แล้วต้องคิดกะงบประมาณในการดำเนินงานว่า ในวงเงินเท่านี้เราจะทำเท่านี้ไปก่อน เมื่อใดมีเงินมีทุนที่จะขยายงานได้ เราค่อยขยายต่อไป ทำด้วยอารมณ์สดชื่นรื่นเริงกับทุนเท่าที่เรามีอยู่นี้ ใครเขาจะมาพูดว่า ทำอะไรเล็ก ๆ น้อย ๆ มันจะพอกินหรือมันจะก้าวหน้าหรือ เราอย่าไปสนใจกับคำพูดเช่นนั้น เพราะเขาไม่รู้ฐานะของเรา ว่าเรามีอะไรเท่าไหร่ขนาดไหน แต่เราเองเรารู้ว่ามีอะไรเท่าไหร่ เพราะฉะนั้น

เราต้องยิ้มรับสถานการณ์ ฉันพอใจในสิ่งนี้ไปก่อนเพราะฉันมีทุนเพียงเท่านี้ และในทุนเท่าที่เรามีนี้เราทำด้วยความไม่ประมาท ใช้ความรอบคอบระมัดระวังในการที่จะทำ เพื่อรักษาต้นทุนไว้ และเพื่อให้เกิดกำไรเกิดขึ้นมาตามสมควรแก่หน้าที่ ๆ เราปฏิบัติถ้ามีอะไรที่เป็นกำไรเกิดขึ้นเราก็พอใจ ว่าได้เท่านี้มันก็ดีแล้ว พอใจเท่านี้ไปก่อนเราก็สบายใจ ไม่มีปัญหาอะไรเกิดขึ้นอันนี้เป็นตัวอย่างที่ว่า พอใจในสิ่งที่เรากำลังทำอยู่ ก็ทำให้เกิดความสุข

ทีนี้เหตุการณ์บางอย่างที่เกิดขึ้นในชีวิตของเรา เช่นว่าขะโมยมาขึ้นบ้านเอาข้าวเอาของของเราไป เราควรจะคิดอย่างไร อย่าคิดให้มันเป็นทุกข์เมื่อของหาย แต่ควรคิดให้สบายใจคิดให้สบายใจก็คิดมองในแง่ดีไว้ก่อน ในแง่ดีของเรื่องนั้น เช่นสมมติว่าขะโมยขึ้นบ้านเราเราก็อยู่ในบ้านนั่งอยู่ชั้นล่างขะโมยขึ้นข้างบนปีนขึ้นไปทางต้นไม้ ที่อยู่ข้างบ้านของเราทุบกระจกแตกเราอาจจะได้ยินเสียงกระจกแตก แต่นึกว่าเด็กมันทำจานแตก หรืออะไรแตกไป ไม่เฉลียวใจไม่ได้คิดว่าขะโมยมันขึ้นมาบนบ้านแล้วมันก็มาเอาข้าวของของเราไปถ้าเราจะมานั่งเสียใจนั่งเป็นทุกข์ ว่าแหมเอาเครื่องเพชรไปเสียเอาสิ่งนั้นไปเสีย น่าเสียดายคิดขึ้นทีไรก็เป็นทุกข์ทุกทีพอคิดถึงแหวนเพชรวงนั้นก็เสียใจ คิดถึงสายสร้อยก็เสียใจ ไปเห็นกระจกแตกก็เสียใจเหตุการณ์ทั้งหลายมันทำให้เราเสียใจอยู่ตลอดเวลา เป็นทุกข์เปล่า ๆ เราควรจะคิดอย่างไร คิดให้มันชื่นใจดีกว่า คิดให้ชื่นใจต้องคิดว่าอย่างนี้ สมมติว่าเราไปเห็นขะโมยคนนั้นเข้าในขณะที่มันทำการเปิดตู้อยู่ จะเอาข้าวเอาของของเรา แล้วมันเห็นเราเจ้าของบ้านขึ้นไปมันจะทำอะไรกับเราบ้างไหม ไว้ใจไม่ได้ ขะโมยเดี๋ยวนี้มันฆ่าคนง่าย ๆ ถ้าเราไปเห็นขณะที่มันกำลังลักอยู่ มันมีมีดมันมีปืนมันต้องแทงเรา มันต้องยิงเรา เราอาจจะถึงตายก็ได้ นี่ดีที่เราไม่ขึ้นไปเห็นมันในขณะที่มันเอาของแล้วมันก็ไม่มีโอกาสทำร้ายเรา มันเอาแต่ของแล้วมันก็ไป เรายังมีชีวิตอยู่ยังสบาย บุญนักหนา เราต้องนึกว่าบุญจริง ๆ ไม่ใช่โชคร้ายแล้ว ควรจะมองว่ามันเป็นโชคดีเหลือเกินในชีวิตของเรา ที่เราไม่ได้ขึ้นไปเห็นเจ้าขะโมยพวกนั้น ถ้าเราขึ้นไปเห็น สมมติว่าพ่อบ้านขึ้นไปเห็น มันต้องเล่นงานเรา มันมีปืนมันต้องยิงก่อนแล้ว แล้วเราอยู่ในท่าที่เสียเปรียบ เช่นเราขึ้นบันไดไป พอโผล่หัวเปรี้ยงเข้าให้

แล้วเข้าลูกตายแล้ว เราก็พลิกท้องกลิ้งหลุบ ๆ ไปตามบันไดเท่านั้นเอง เราตาย หรือว่าคุณนายคุณหญิงขึ้นไปเห็นมันเข้า มันก็ทำร้ายร่างกาย เกิดความเจ็บปวดไปเปล่า ๆ เมื่อมานึกอย่างนี้ เราก็ควรจะพอใจ พอใจว่าดีแล้วที่มันเอาไปเพียงเท่านั้นมันไม่ทำร้ายชีวิตของเรา ถ้าเราไปเห็นมันขณะที่มันเอาของอยู่ มันก็ต้องทำร้ายต้องทำแน่ ๆ ขะโมยมันไม่คิดหรอก เรื่องอะไรมันก็ไม่คิดหรอก ก็ดูข่าวในหน้าหนังสือพิมพ์ มันเอาเงินไปพอเราวิ่งตามมันยิงกลิ้งโคล่โล่ไปเลย เราต่อสู้มันยิงทั้งนั้นมันทำเราทั้งนั้น ทีนี้เราไม่มีโอกาสได้เห็นมัน แล้วเราไม่ได้ทำการขัดขวางมัน เราก็ไม่ตาย นับว่าบุญแท้ ๆ ที่เราไม่ได้เห็นขะโมยนั้นมันเอาแต่เงินไปเพชรนิลจินดาไป มันของนอกกาย เรายังมีปัญญามีสมองเราก็หาได้ต่อไปไม่เห็นจะทุกข์ร้อนอะไร อย่างนี้ก็สบายใจ ไม่มีความทุกข์ความเดือดร้อน นี่ก็คือสันโดษเหมือนกัน แสดงว่าเรามีความสันโดษพอใจในสิ่งที่เกิดขึ้น แล้วก็มองในแง่ว่ามันเกิดเพียงเท่านั้นดีกว่ามันเกิดมากกว่านั้น เสียหายเท่านั้นก็ดีกว่าเสียหายมากไปกว่านั้น อันนี้เราก็สบายใจ ไม่ต้องนั่งเป็นทุกข์ ไม่ต้องร้องไห้เสียน้ำตา เพราะมาคิดในแง่พอใจอย่างนี้จิตก็สบาย อันนี้ก็เป็นตัวอย่างของความที่เรียกว่า มีความสันโดษพอใจ

ในชีวิตในครอบครัวก็เหมือนกัน สมมติว่าสามีภรรยาอยู่ด้วยกัน ถ้าอยู่ด้วยความสันโดษแล้วไม่มีปัญหา ไม่มีเรื่องทะเลาะเบาะแว้งกัน ไม่มีเรื่องขัดอกขัดใจกัน แต่อยู่กันด้วยความสุขเพราะต่างคนต่างพอใจในภรรยา ภรรยาก็พอใจในสามี ไม่มีปัญหาเลย อยู่กันตลอดชีวิตในครอบครัว เพราะรู้จักใช้สันโดษ แต่ถ้าว่าเกิดไม่พอใจขึ้นมา ของเรามันสู้คนนั้นไม่ได้สู้คนนี้ไม่ได้ ไปเที่ยวเปรียบเทียบ เปรียบเทียบแล้วก็เห็นข้อแตกต่าง เห็นความแตกต่างแล้วเปลี่ยนเป็นเรื่องไม่พอใจในสิ่งที่ตัวมีตัวได้ ก็เกิดความทุกข์เกิดปัญหา บางทีทะเลาะเบาะแว้งกัน เพราะอารมณ์ไม่ชอบใจ นี่คือไม่มีความสันโดษ จึงเป็นเรื่องเสียหายด้วยประการต่าง ๆ ในทางศีลธรรมท่านจึงว่า ต้องพอใจในคู่ครองของตน เรียกว่า "สทารสันโดษ" ก็จะเป็นเหตุให้เกิดความสุขความสบายใจ ไม่เกิดความวุ่นวายไม่เกิดปัญหา ลักษณะสันโดษมันเป็นอย่างนี้ญาติโยมลองเอาไปพิจารณาดูแล้วจะเห็นว่า เป็นศิลปแห่งความสุขในในชีวิตประจำวันจะไม่ทำให้เราเกิดความทุกข์เลยแม้แต่น้อย

ในเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ สมมติว่าเราขับรถไป แล้วรถมันเสีย อารมณ์หงุดหงิดเกิดทันที แหมทำไมมันเสีย ถ้ามีคนขับให้เราก็ดุด่าคนขับ ทำไมไม่ดูให้เรียบร้อย ไม่แต่งให้เรียบร้อย ไม่ทำอย่างนั้นไม่ทำอย่างนี้ นั่นไปดุคนขับ คนขับอารมณ์เสียอีก พอคนขับอารมณ์เสีย ทีนี้พอคนขับอารมณ์เสียมันก็แต่งไม่ถูกไม่ต้อง บางทีมันก็รำคาญว่านายดุมันเลยทำให้เสียหนักเข้าไปอีก มันเลยต้องยืนตากแดดอยู่ตรงนั้นเอง ไม่ได้เรื่องอะไร เราควรจะทำอย่างไรในขณะนั้น เมื่อรถเสียเราก็อย่าไปนึกให้มันหงุดหงิด แต่นึกว่าอนิจจัง อนิจจัง พระพุทธเจ้าท่านตรัสไว้แล้วว่าสิ่งทั้งหลายมันไม่เที่ยง เราก็นึกถึงธรรมะว่ามันไม่เที่ยงมันเป็นเรื่องธรรมดา ที่จะต้องเป็นอย่างนี้ ใจมันก็ดีเพราะนึกถึงกฎธรรมดา แล้วพอใจดีเราก็ไม่ดุคนขับมันเอาดูซิอะไรมันเสีย ช่วยกันดูช่วยกันแก้ไขต่อไป ถ้าแก้ได้ก็ดี ถ้าแก้ไม่ได้ก็นึกให้มันสบาย เช่นนึกว่ามันเสียตรงนี้ก็ดี อากาศปลอดโปร่งดี ทิวทัศน์มันก็สวยงาม ดูไปด้านโน้นก็ทุ่งข้าวดูไปด้านนั้นเห็นทิวป่าดูน่าชมดี ธรรมชาติแถวนี้มันสวยสดงดงามดี เราชมป่าชมดงไปตามเรื่องตามราว ก็มันเสียแล้วจะไปหงุดหงิดอยู่ทำไม เราก็นึกชมต้นหมากต้นไม้ไปคุยกับคนขับต่อไป มันก็ไม่เป็นทุกข์เป็นเรื่องร้อนใจ นี่คือความพอใจในสิ่งที่มันเกิดขึ้นตรงนั้นเราก็สบายใจ

คราวหนึ่งนั่งรถไฟมาจากปักษ์ใต้ แล้วมันมาเสียตรงที่บางสะพานน้อย คนในรถบ่นกันอุบอิบ ๆ แหม แย่ ไม่ทันโทรเลขให้เขามารับจะมาคอยเก้อ อย่างนั้นอย่างนี้พูดกันใหญ่เลย อาตมานั่ง ๆ ฟังเห็นว่าโยมจะไปกันใหญ่แล้ว ก็เลยต้องเทศน์เสียหน่อย ปาฐกถาเสียหน่อยในรถไฟ ก็ไม่เป็นไร เลยบอกว่าโยมอย่ามีความทุกข์เลย โยมทุกข์ร้อนรถมันก็ไม่เดินหรอก โยมบ่นมันก็ไม่เดิน เครื่องมันเสีย คนนั้นเขาไม่มีเจตนาให้มันเสีย มันเสียตามธรรมชาติ เพราะสิ่งทั้งหลายมันไม่เที่ยงแท้แน่นอน มันก็ต้องอย่างนี้แหละ โยมเคยมาเที่ยวที่บางสะพานน้อยหรือเปล่า ยังเลย ไม่เคยมาเที่ยว อย่างนั้นก็ดีแล้วเดินไปเที่ยวตลาดไปซื้อกล้วยตากมากินฝากลูกฝากหลานก็ยังได้ ปลาเค็มแถวนี้ก็ไม่แพงใกล้ทะเล ไปเดินชมตลาดกันดีกว่า ลงจาก

รถเป็นแถวไปเลย อาตมานำขบวนเลยพาโยมไปเที่ยวตลาด ชวนพูดชวนคุยให้สบายใจ ไปกินน้ำมะพร้าวอ่อนมั่ง ซื้อกล้วยตากมั่ง คนหนึ่งก็ซื้อปลาเค็มมั่งไปฝากลูกหลาน แล้วที่เป็นทุกข์มันก็หายกลุ้มไปเท่านั้นเอง เราไม่ได้มองในแง่ดีไว้ ไปมองในแง่เสียบ้าง แหม รถมันมาเสียที่ตรงนี้ ก็มันเสียตรงนี้ก็ดีแล้ว เราได้ลงไปเที่ยวบางสะพานน้อยเพราะยังไม่เคยมาเที่ยว ไปดูซิคลองบางสะพานมันยังมีขายหรือเปล่า ว่าไปตามเรื่องให้โยมแกสบายใจ เลยทุกคนยิ้มออกได้ แล้วก็เดินไปชมนกชมไม้ไปตามเรื่องต่อไป กลับมาไม่เท่าไดเขาเอาหัวรถมาเปลี่ยน ก็ลากรถไปได้ต่อไป ใจมันก็หมดทุกข์หมดร้อนไป นี่เป็นตัวอย่างให้เห็นง่าย ๆ ว่าควรแปลเหตุการณ์ที่ร้ายให้กลายเป็นดี เหตุการณ์ที่มันจะเป็นความทุกข์ ให้มันสุขสดชื่น เรามันต้องหัดแปลญัตติ พูดตามภาษาในสภา เรียกว่าแปลญัตติเสียมั่ง อย่ายืนยันมติของตัวเรื่อยไป ถ้ายืนยันเรื่อยไปประธานก็ขับออกจากสภาเท่านั้นเอง บอกว่าคุณออกไปเข้าป่าไป เกเร ผู้แทนนี้ใช้ไม่ได้ ถูกออกนอกสภาเลยไม่ได้อภิปรายต่อไป เราต้องหัดแปลเสียมั่ง อะไรมันไม่สวยสดงดงามให้สดชื่นรื่นเริงขึ้นมา อันนี้ก็จะทำให้จิตใจสบาย นี่เป็นลักษณะสันโดษ ดังนั้นไม่มีอะไรเสีย แล้วเรื่องสันโดษนี้ไม่ใช่สอนแต่ในพระพุทธศาสนานะ ลองไปอ่านค้นคว้าคัมภีร์คริสเตียน ก็สอนเรื่องสันโดษ อิสลามก็สอนเรื่องสันโดษ ฮินดูก็สอนเรื่องสันโดษ ขงจื๊อแม้ไม่เป็นตัวศาสนา แต่เป็นลัทธิธรรมดา ๆ ก็ยังสอนศานุศิษย์ให้มีความสันโดษ ให้พอใจตามมีตามได้ ขงเบ้งซึ่งเป็นหัวเสนาธิการใหญ่ของเล่าปี่มีชีวิตสันโดษที่สุดอยู่ที่บ้านเล็ก ๆ ริมภูเขาโฮลังกั๋ง ปลูกต้นหม่อนเลี้ยงตัวไหม ไม่มีสมบัติมากมายอะไร แม้ได้ไปเป็นเสนาธิการใหญ่ของเล่าปี่ก็อยู่อย่างสันโดษ มักน้อยไม่กินเติบไม่ใช้ของเติบไม่สุรุ่ยสุร่ายฟุ่มเฟือยสิ่งใดที่ได้รับพระราชทานรางวัลมาเอามาเก็บ ๆ ไว้ไม่ค่อยได้ใช้ ใช้เท่าที่จำเป็น ของอะไรไม่จำเป็นก็ไม่ได้ใช้ เวลาตายก็มีทรัพย์สมบัติเหลือเฟือ ไม่ส่งไปให้บุตรธิดาที่เขาโฮลังกั๋ง แกเขียนบอกว่า บุตรภรรยาของข้าพเจ้าไม่ต้องเป็นห่วงมีที่ดินอยู่ห้าสิบไร่ ต้นหม่อนไม่น้อยกว่าห้าร้อย แล้วก็มีบ้านอยู่สบายอยู่ดีอยู่แล้ว ทรัพย์สมบัติอันใดที่ได้รับพระราชทานรางวัลจากพระเจ้าแผ่นดิน ขอส่งคืนเพื่อเอาไปแจกกับทหารที่ไปรบทัพกลับมา มันก็ลำบากเอาไปแจกกันเถอะ นี่ชีวิตของผู้มีความสันโดษ ไม่มักใหญ่ใฝ่สูงไม่สุรุ่ยสุร่ายในการเป็นการอยู่ มีชีวิตสดชื่นรื่นเริงด้วยการปฏิบัติหน้าที่ ก็มีความสะดวกสบายไม่มีเรื่องวุ่นวายเดือดร้อน

ครั้งหนึ่งพระพุทธเจ้ากับพระสงฆ์ไปจำพรรษาอยู่ที่บ้านแห่งหนึ่ง ปีนั้นฝนมันแล้งเหลือเกิน ชาวนาอดข้าวกันเป็นอันมาก แล้วก็พระต้องอยู่จำพรรษาที่นั่น เพราะไปไม่ได้ ต้องอยู่จำพรรษา แล้วก็จะทำอย่างไร ก็พอดีมีพ่อค้าม้า เขามาด้วยม้าจำนวนมาก เขามีข้าวเปลือกมาจำนวนมาก พระก็ไปบิณฑบาตจากพวกนั้น เขาให้ข้าวเปลือกมา พระก็เอามาตำข้าวเปลือกตำให้เป็นข้าวสาร แล้วเอาไปคั่วฉันกันตามเรื่อง พระพุทธเจ้าท่านก็สอนภิกษุว่า เราต้องอยู่ด้วยความอดทน ต้องอยู่ด้วยความพอใจ สันโดษในสิ่งที่มีที่ได้ จนกว่าจะออกพรรษาเมื่อออกพรรษาแล้ว จึงจะเคลื่อนขบวนไปสู่ที่อื่นได้ พระเหล่านั้นก็อยู่ด้วยความพอใจเพราะมีความสันโดษมีความพอใจอย่างนี้ นี่เป็นตัวอย่างในนิทานชาดกเล่าเรื่องนกสันโดษ ไว้ตัวหนึ่ง คือนกตัวนั้นอยู่ที่ต้นไม้ กินยอดไม้เวลาไม่มียอดไม้ กินใบไม้ ใบไม้ไม่มีก็กินเปลือกไม้ กินจนกระทั่งว่ากะพี้ของต้นไม้ แต่ไม่ยอมไป กินอยู่ที่นั่นไม่ยอมไป ใครจะมาพาไปที่ไหนก็ไม่ไป บอกว่าฉันพอใจที่จะอยู่ที่นี่ แล้วก็อยู่ด้วยความสุขความสบาย ไม่ลำบากไม่เดือดร้อนใจ อันนี้ก็เป็นเครื่องแสดงถึงน้ำใจของนกตัวนั้น ว่ามีความพอใจมีความสันโดษในสิ่งนั้นอยู่ เขาจึงอยู่ในสภาพเช่นนั้นได้ นี่ลักษณะเป็นอย่างนี้เมื่อพูดถึงเรื่องสันโดษแล้ว มันมีคำคู่กันกับสันโดษอีกคำหนึ่งเขาเรียกว่า มักน้อย เรามักจะได้ยินว่าเป็นคนสันโดษมักน้อย มักน้อยนี้มันเป็นคนพวกสมถะ เป็นคนเงียบ ๆ ลักษณะคนมักน้อยเป็นคนเงียบ ๆ ไม่อวด มักน้อยเป็นคนไม่ขี้อวด ไม่ขี้โอ่ ไม่อวดใครว่าฉันเป็นอย่างนั้นฉันเป็นอย่างนี้ อะไรต่ออะไรทุกอย่าง เช่นไม่อวดความรู้ ไม่อวด ทรัพย์สมบัติ ไม่อวดเกียรติยศชื่อเสียงกับใคร ๆ เป็นคนที่เฉย ๆ เงียบ ๆ คมในฝักว่าอย่างนั้นเถอะ ถ้าพูดภาษาชาวบ้านเขาเรียกว่า คมในฝักไม่แสดงอะไรใคร ๆ ก็ไม่รู้ว่าเป็นคนมั่งคั่งร่ำรวยอะไร แต่งเนื้อแต่งตัวง่าย ๆ ธรรมดา ๆ ไปที่ไหนก็ธรรมดา ๆ ไม่ทำโอ่อ่าหรูหราเพื่อจะอวดให้เขาเห็นว่าอย่างนั้นอย่างนี้ อย่างนี้เขาเรียกว่าเป็นคนมักน้อย คนที่มีชีวิตมักน้อยมักจะเป็นคนที่มีความสุขในใจ คือเขาเป็นสุขได้ทุกโอกาส ไปนั่งร้านกาแฟเล็ก ๆ ก็ได้ไปทานข้าวราดแกงตามที่เขาขายก็ได้ กินอะไรก็กินง่าย ๆ ไม่แสดงความโอ่อ่าหรูหราให้ใครรู้ มีความรู้ก็ไม่แสดง แต่ถ้ามีคนมาถามจึงจะพูด พูดอธิบายอะไร ๆ ได้ แต่ถ้าไม่มีใครสนใจก็นั่งเฉย ๆ

นั่งยิ้มอยู่ข้างใน อารมณ์สดชื่นยิ้ม ๆ อยู่ข้างในพึงคนอื่นเขาพูดเขาคุยกันโฉงเฉงกัน แต่คน ที่มักน้อยเขานั่งพึงยิ้มอยู่ข้างใน ไม่แสดงออกอะไรทั้งนั้น พึงคนอื่นพูด แต่ถ้าเมื่อมี คนสนใจมาถาม เขาจะอธิบายเรียบ ๆ ให้คนนั้นได้รู้ว่าอะไรเป็นอะไร อย่างนี้เขาเรียกว่า ลักษณะของคนมักน้อยไม่โอ้อวด ไม่ทำอะไรโอ้อวดทั้งนั้น เช่นมีทรัพย์ก็ไม่อวดว่ามั่งมี มีความรู้ก็ไม่อวดตัวว่ามีความรู้ มีพวกมากก็ไม่อวดตัวว่าฉันเป็นนักเลงใหญ่ ฉันมีพวก มากอย่ามารังแกฉันนะ เขาไม่มีลักษณะอย่างนั้น เจียมเนื้อเจียมตัวทุกวิถีทาง เราลองคิดดูว่า ถ้าเราไปพบคนอย่างนั้น จะเป็นอย่างไร เราจะมีความเคารพนับถือเขา เมื่อเรารู้สถานะที่ จริงของเขาว่าเป็นอย่างไร เราจะเพิ่มความรักความเคารพมากขึ้น เพราะเป็นคนไม่โอ้อวด ไม่แสดง แต่ถ้าเราไปเจอใครสักคนหนึ่ง แหมอดอยู่ไม่ค่อยได้ต้องแสดงออกอยู่ตลอดเวลา เขาเรียกว่ากลองไม่ตีมันดังเอง กลองที่เขาแขวนไว้เฉย ๆ แขวนแล้วมันตึง ๆ ขึ้นมา เพราะ ว่ากลองนั้นมันไม่ดีแล้ว คนโบราณเขาว่ากลองอุบาทว์จัญไร ถ้ามันดังเองไม่ค่อยดี

คนเราก็เหมือนกันเขาไม่ถาม ก็จะเข้าไปพูดจาแสดงนั่นแสดงนี่ ลักษณะไม่ใช่ เป็นคนมักน้อย แต่คนมักใหญ่มักอวดไม่ดีเป็นกิเลสประเภทหนึ่ง ตัวเล็ก ๆ แต่มันทำให้ มันวุ่นวายพอใช้ จึงไม่ควรให้เกิดขึ้นในใจ เราเป็นคนสงบเสงี่ยมเจียมเนื้อเจียมตัว ไปที่ไหน ทำอย่างนั้นแล้วก็รู้สึกสบายใจ เมื่อเช้านี้อ่านหนังสือพิมพ์พบประวัติคนคนหนึ่ง เขาเรียกว่า เป็นคนเศรษฐี มีนาที่ดินเยอะแยะ มีเงินก็ตั้งสองหมื่นล้านดอลล่าร์ที่แกมี แต่ว่าแกไม่ ค่อยแสดงตัวให้ปรากฏแก่ใคร ๆ แต่งตัวง่าย ๆ ไปนั่งร้านคอฟฟี่ช็อฟธรรมดา ๆ แล้วก็นั่งเฉย ๆ ไม่ค่อยอวดอะไรกับใคร รถยนต์ที่ใช้ก็เก่า ๆ แก่ ๆ รถโบราณไม่ค่อยใช้รถใหม่ทันสมัยกับ เขาหรอก แต่งเนื้อแต่งตัวก็อย่างนั้นแหละ ถ้าคนไม่นึกว่าตาแก่อะไรก็ไม่รู้มานั่งอยู่ตรงนี้ แต่ว่าความจริงแกเป็นเศรษฐีใหญ่ที่มีเงินมีทองมาก ๆ แต่ถ้าว่าใครเข้าไปคุยกับแกชวนพูด ชวนคุยอะไรกับแกแกก็คุยได้ แต่ถ้าไม่มีใครไปพูด ก็นั่งเฉย ๆ มองดูคนนั้นคนนี้เขา พูดไปเรียก ว่าเป็นผู้ดูมากกว่าผู้แสดงคนเราถ้าเป็นผู้ดูมันไม่ค่อยเหนื่อย ถ้าเป็นผู้แสดงมันเหนื่อย เพราะ ฉะนั้นไปที่ไหนเป็นผู้ดูดีกว่า ไม่ต้องแสดงก็ได้ แล้วก็จะสบายใจอันนี้เป็นลักษณะของคนอย่างนั้น

เหมือนกับสัตว์บางชนิดเขาเรียกว่าแมลงป่อง ไปไหนก็ชูหางร่าอยู่ตลอดเวลา ตัวแมลงป่องตัวเล็ก ๆ พิษมันก็น้อย ๆ แต่มันก็ชูหาง แต่ว่างูใหญ่ ๆ เช่นงูจงอางงูเห่าเป็นต้น เขาไปเรียบ ๆ ยิ่งมีพิษมากกัดคนตายทันที มันเฉย ๆ ไปช้า ๆ ค่อย ๆ เลื้อยไป แต่แมลงป่องนั้นแสดงอยู่ตลอดเวลา คนเราก็อย่างนั้นรู้น้อยว่ารู้มากเริงใจ กลกบเกิดอยู่ในสระจ้อย ไม่เห็นทะเลไกลกลางสมุทรชมแต่น้ำบ่อน้อยว่าล้ำลึกเหลือ ลักษณะเป็นอย่างนั้นไม่มีน้อย แต่คนมักน้อยเขารู้ฐานะของตัว รู้ว่าตัวมีฐานะอย่างไรมีความรู้อย่างไร มีสภาพชีวิตจิตใจอย่างไร แล้วก็ประคับประคองใจพอเหมาะพอควร ไม่วุ่นวาย ไม่เสียหายนี่เป็นลักษณะของคนมักน้อย น่าเคารพน่าบูชาคนมักน้อย แต่คนมักอวดนี่ไม่ไหว อวดเรื่อยทีเดียวไม่ว่าอะไร มีเรื่องที่จะพูดจะอวด ใครพูดอะไรก็ต้องไปพูดกับเขาหน่อย อวดกับเขาหน่อยว่าฉันก็รู้เหมือนกัน แสดงอยู่นั่นคือคนรู้น้อย คนรู้น้อยก็เหมือนกับน้ำครึ่งหม้อ เวลาเดินแล้วจ๊อกแจ๊กอยู่ตลอดเวลาน้ำครึ่งหม้อ แต่น้ำเต็มหม้อมันไม่ค่อยดัง เสียงไม่ดังเพราะน้ำมันเต็ม คนเราถ้าอิ่มหรือว่าเต็มนี่ไม่มีอะไร แต่ถ้าพร่องแล้วมันต้องมีเสียงคล็อกแคล็ก ๆ อยู่ตลอดเวลา ลักษณะเป็นอย่างนั้นเรียกว่าไม่มีคุณธรรมคือความมักน้อย เพราะฉะนั้นคำว่าสันโดษกับมักน้อย มักจะไปด้วยกันอยู่ด้วยกันตลอดเวลา ผู้ใดมีความสันโดษจะเป็นสุขทุกเมื่อทุกสถานที่ทุกเวลาทุกโอกาสก็มีความสุข แล้วเราเกิดมามีชีวิตอยู่ประจำ อยู่ให้เป็นสุขดีหรือว่าอยู่ให้เป็นทุกข์ดี ญาติโยมลองพิจารณา ถ้าพิจารณาก็จะเห็นว่า อยู่ให้มันเป็นสุขดีกว่า เมื่ออยู่ให้เป็นสุขดีกว่าก็ต้องทำใจให้เป็นสุข ศิลปะของความสุขก็คือความพอใจตามมีตามได้ สนฺตุฏฺฐี ปรมํ ธนํ ความพอใจนั้นเป็นบรมทรัพย์ เป็นทรัพย์อย่างยิ่ง คนที่พอใจนี่เป็นเศรษฐี เป็นเศรษฐีมหาศาลเลย ถ้ามีความพอใจ แต่ถ้าเราไม่มีความพอใจแม้มั่งคั่ง ก็ยังจนอยู่ตลอดเวลา มันตรงกันข้าม นี่ลักษณะนี้ช่วยให้เป็นความสุข จึงอยากจะแนะนำให้ญาติโยมทั้งหลายได้เข้าใจว่า สันโดษไม่ใช่ของเสียหาย แต่เป็นสิ่งนำให้เรามีความสุขสบายใจเป็นสิ่งช่วยให้เกิดความมานะพยายามทำงานไม่ท้อถอย แต่ว่าทำอย่างชนิดที่เรียกว่าทำเรื่อยไป ไม่หยุดไม่ยั้ง เพราะว่ามีความพอใจ คนที่ไม่พอใจบางทีเร่งทำเอา เร่งใหญ่เร่งเครื่อง แล้วเดี๋ยว ๆ ก็ไปนั่งพักเสียแล้ว คล้าย

กับกระต่ายวิ่งเร็วแต่ไปนอนพัก แต่เต่าเดินช้าไม่พักมันก็ถึงก่อนกระต่าย คนมีความสันโดษ เขาทำไม่หยุดทำเรื่อยไป ทำตามเวลาทำตามหน้าที่ งานมันก็ก้าวหน้าเป็นไปด้วยดี เพราะฉะนั้น จึงควรจะมีชีวิตอยู่ด้วยลักษณะสันโดษ มีความมักน้อย ก็เหมือนกับมีทรัพย์อันประเสริฐ อยู่ในตัวของเรา ก็สบายใจ ในทุกสิ่งทุกอย่างที่เรามีเราได้ ในเหตุการณ์อะไรที่เกิดขึ้น ก็เรียกว่าพอใจในเหตุการณ์นั้น มองสิ่งทั้งหลายในแง่ดีแง่สงบ ไม่มองในแง่ที่จะให้เกิด ความทุกข์ความเดือดร้อนใจ ก็จะมีความสุขสมความปรารถนา ดังที่ได้กล่าวมา เพื่อ เป็นเครื่องเตือนจิตสะกิดใจ แก่ญาติโยมพุทธบริษัททั้งหลายก็พอสมควรแก่เวลา

ปาฐกถาธรรม

โดย

พระราชนันทมุนี

ณ โรงเรียนพุทธธรรม วัดชลประทานรังสฤษฎ์

ปากเกร็ด นนทบุรี

วันอาทิตย์ที่ ๑๒ กันยายน พ.ศ. ๒๕๑๙

ญาติโยมพุทธบริษัททั้งหลาย

ณ บัดนี้ถึงเวลาของการฟังธรรมะปาฐกถาอันเป็นหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาแล้ว ขอให้ทุกท่านอยู่ในอาการสงบ ตั้งอกตั้งใจฟังด้วยดี เพื่อให้ได้ประโยชน์จากการฟังตามสมควรแก่เวลา

ในระยะสองสามวันนี้พวกเราคงจะได้ยินข่าวอันหนึ่ง คือข่าวว่าประธานเหมาเจ๋อตุงถึงแก่ความตาย ที่เอาเรื่องประธานเหมาเจ๋อตุงมาพูดกับโยม อย่านึกว่าจะพูดการบ้านการเมือง ไม่ใช่เรื่องเกี่ยวกับการเมือง แต่ว่าเป็นเรื่องที่ชี้ให้เห็นถึงชีวิตว่าคนเรานี้แม้จะยิ่งใหญ่ขนาดไหน มีอำนาจราชศักดิ์สักเท่าใดก็ตาม ก็ย่อมจะถึงจุดจบลงไปสักวันหนึ่ง จุดจบนั้นก็คือความตายนั่นเอง ความตายของคนคนหนึ่งเกิดขึ้น ก็ย่อมมีข่าวไปทั่วโลก เพราะว่าคนคนนั้นมีชื่อมีเสียงในทางการบ้านการเมืองข่าวที่ปรากฏออกมานั้นมีคนเสียดายก็มี มีคนดีใจก็มีเหมือนกันเช่นว่าจากเกาะไทเป (ไต้หวัน) หนังสือพิมพ์เขาดีใจ เขาดีใจว่าตายเสียทีก็ดีแล้ว แต่ว่าในส่วนอื่น ๆ ของโลกนั้นเขาเสียใจกัน เพราะว่าเป็นเรื่องธรรมดาคนเราย่อมมีคนรักบ้าง มีคนชังบ้าง เรื่องความรักความชังของมนุษย์ในโลกนี้ เป็นเรื่องที่จะต้องเกิด ต้องมี หนีไม่พ้น ในทาง

ธรรมท่านจึงบอกให้รู้ว่ามันเป็นโลกธรรม คือเป็นธรรมสำหรับชาวโลกทั่ว ๆ ไป คือว่าบางสิ่งก็เป็นที่พอใจ เช่นในโลกธรรมว่าถึงเรื่องความมีลาภ มียศ มีสรรเสริญมีความสุขอันนี้เป็นอิฏฐารมณ์ เป็นสิ่งที่น่าพอใจพึงใจใคร ๆ ก็อยากจะมีลาภ มียศ มีสรรเสริญ มีความสุข แต่ในอีกด้านหนึ่งในความไม่มีลาภ เสื่อมยศ นินทา ทุกข์ อันนี้ไม่มีใครต้องการ แต่ว่าเราอยู่ในโลกจะหนีพ้นไปจากสิ่งนี้ไม่ได้ ธรรมทั้งแปดประการนี้ เป็นกระแสของโลก เพราะฉะนั้นท่านจึงเรียกว่า เป็นโลกธรรม คือมีอยู่ในโลกตลอดเวลา เราเกิดมาในโลกก็ต้องพบกับสิ่งเหล่านี้ ไม่เวลาใดก็เวลาหนึ่ง ญาติโยมทุกคนลองคิดดู ว่าในชีวิตของเรานี้ เราเคยมีลาภเราเคยเสื่อมลาภ เราเคยมียศ เราเคยสรรเสริญมีความทุกข์มีความสุข ได้รับการสรรเสริญ ได้รับการนินทาใคร ๆ ก็เหมือนกันทั้งนั้น คนเราจะเป็นคนที่ดีส่วนเดียวก็ไม่ได้ เสียส่วนเดียวก็ไม่ได้ การดีการเสียของบุคคลนั้น มันขึ้นอยู่กับการกระทำเป็นเรื่องสำคัญแต่ว่าคนอื่นนั้นเขาอาจจะมอง เราในทางใดก็ได้ เพราะการเพ่งมองของคนอื่นนั้น เป็นสิทธิของเขา เป็นสิทธิในการที่จะมองในการที่จะพูด ในการที่จะแสดงออกถึงความรู้สึกนึกคิดของเขา เราจะไปห้ามเขาก็ไม่ได้ เช่นมีใครคนหนึ่งมาพูดนินทาเรา เราก็จะไปบอกว่า "คุณอย่ามานินทาฉันนะ" อย่างนี้มันก็ไม่ได้เพราะมันเป็นเรื่องที่เขาทำของเขาเอง ตามเรื่องตามราวของเขา

สรรเสริญก็เหมือนกัน เขาก็ทำตามความคิดเห็นของเขาถ้าเขาชอบเขาก็ชม ถ้าเขาไม่ชอบเขาก็ติ ทีนี้หน้าที่ของเราที่เกี่ยวข้องกับสิ่งเหล่านี้ เราควรจะทำใจอย่างใด ควรจะทำใจไม่ให้เป็นสุขเพราะคำสรรเสริญ ไม่ให้เป็นทุกข์เพราะคำนินทาเรื่องไม่ให้สุขไม่ให้ทุกข์ในเรื่องนี้ ไม่ใช่เรื่องที่ทำได้ง่าย ๆ แต่ว่าไม่ใช่เหลือวิสัย เป็นเรื่องที่เราควรจะกระทำได้ เพราะถ้าทำไม่ได้พระพุทธเจ้าท่านคงไม่วางหลักไว้ ให้เราทั้งหลายปฏิบัติข้อธรรมมะที่พระองค์ทรงบัญญัติไว้ให้เราทั้งหลายนำมาปฏิบัติในชีวิตประจำวันนั้น ไม่ใช่สิ่งเหลือวิสัย แต่เป็นสิ่งที่เป็นไปได้ ถ้าหากว่าเราหมั่นคิดนึกตรึกตรองด้วยปัญญา เพื่อให้มองเห็นสิ่งนั้น ๆ ตามสภาพที่มันเป็นอยู่จริง ๆ เช่นในเวลาที่ถูกนินทา เราก็ควรจะคิดอย่างไร เวลาที่เขาสรรเสริญเยินยอ เราควรจะคิดอย่างไร ในเรื่องนี้มีตัวอย่างอยู่ตอนหนึ่ง ในพระสูตรคือ

คราวหนึ่งพระผู้มีพระภาคเจ้า พร้อมด้วยพระสงฆ์สาวกเดินทางจากเมืองนาลันทาจะไปเมืองราชคฤห์ แล้วก็ไปประทับอยู่ที่หมู่ไม้มะม่วง ระหว่างนาลันทากับราชคฤห์คราวนั้นในการเดินทางคราวนั้น นอกจากบริษัทของพระพุทธเจ้าแล้วยังมีบริษัทของปริพาชกอีกพวก

หนึ่ง หัวหน้าชื่อสุปิยปริพาชกลูกน้องของสุปิยพาชกชื่อพรหมทัตต์ปริพพาชก สองคนนี้มีความคิดไม่ตรงกัน คือหัวหน้าที่เป็นอาจารย์สุปิยปริพพาชกนินทาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ตลอดทาง เดินไปก็นินทาไปกล่าวร้ายไป ใส่ความไปเรื่อย ๆ แต่ว่าลูกศิษย์ของอาจารย์คนนั้นกลับตรงกันข้าม พูดสรรเสริญพระพุทธเจ้า พระธรรมพระสงฆ์ตลอดเวลา ศิษย์กับอาจารย์มีความเห็นไม่ตรงกันในองค์พระพุทธเจ้า อาจารย์เห็นไปในแง่เสีย ลูกศิษย์เห็นไปในแง่ดี แล้วต่างคนต่างก็พูดไปตามความคิดเห็นของตน เรื่องนี้พระสงฆ์ได้ยินเข้าก็นำไปกราบทูลพระผู้มีพระภาคเจ้าให้ทรงทราบ ว่าอาจารย์กับศิษย์มีทัศนะไม่ตรงกัน อาจารย์นั้นนินทาพระรัตนตรัยลูกศิษย์กลับสรรเสริญพระรัตนตรัย พระพุทธเจ้าท่านตรัสว่าพวกเธออย่าไปหวั่นไหวกับคำสรรเสริญ กับคำนินทาของสองคนนั้น เพราะคำพูดของสองคนนั้นไม่มีอะไรที่จะทำให้พวกเธอดีขึ้น หรือไม่มีอะไรที่จะทำให้พวกเธอเสียหายลงไปคือคำพูดของคนอื่นนั้นไม่มีอำนาจอิทธิพลเหนือใคร ๆ เราจะดีไม่ใช่เพราะเขาชมว่าดี เราจะเสียไม่ใช่เพราะเขาติว่าเสีย แต่เราจะดีเพราะการกระทำของเราเองในเรื่องนี้ เราจะเสียก็เพราะการกระทำของเราเองในเรื่องเสีย การเป็นอยู่ในชีวิตประจำวันนั้นขึ้นอยู่กับการกระทำของตนเอง ไม่ได้ขึ้นอยู่กับการวิพากย์วิจารณ์ของคนอื่นว่าดีว่าเสีย อันนี้เป็นเรื่องที่พระผู้มีพระภาคบอกแก่ภิกษุเหล่านั้น ให้ทำในใจว่าอย่าไปหวั่นไหวกับคำชมคำนินทา หรือคำด่าว่าของใคร ๆ แต่ให้เอาคำเหล่านั้นมาเป็นหลักสำหรับเตือนใจตนเอง

สมมติว่ามีใครคนหนึ่งเขาว่าเราไม่ดี เราอย่าไปโกรธเขาถ้าเราไปโกรธเขาเราก็ไม่ได้กำไรอะไร แล้วก็ทำให้กิเลสเกิดขึ้นในใจ ควรจะอยู่เฉย ๆ สงบจิตสงบใจต่ออารมณ์นั้น อันนี้ก็จะต้องใช้สติกำกับความรู้สึกของตัว ในเมื่อสิ่งนั้นมากระทบหูเราก็มีสติคอยควบคุมไว้ เรียกว่าควบคุมไว้ที่ตัวผัสสะที่มันกระทบนั่นเอง ไม่ให้เกิดความเวทนาคือไม่ให้เกิดยินดี ไม่ให้เกิดยินร้ายในเสียงที่มากระทบนั้น และเมื่อเราหักห้ามไม่ให้เกิดความยินดียินร้ายได้แล้ว เราก็ต้องพิจารณาต่อไปว่า ที่เขาว่าเราชั่ว เราชั่วตามเขาว่าหรือเปล่า ให้พิจารณาตัวเองสอดส่องมองดูการคิดการพูดการกระทำ การเป็นอยู่ในชีวิตประจำวันของตัวว่า เรามีอะไรเสียหายเหมือนกับที่เขาว่าหรือเปล่า ถ้าเราพิจารณาแล้วเห็นว่า ที่ตัวเรานั้นมีข้อบกพร่องมีความเสียหายไม่ดีไม่งามอยู่ในจิตใจของเรา เป็นหน้าที่ของเราที่จะต้องแก้ไขสิ่งนั้นให้ดีให้งามขึ้น แล้วก็ควรจะไปขอบใจคนนั้นที่เขาช่วยชี้โทษให้แก่เรา เพราะคนเราตามปกตินั้น มักจะมองไม่เห็นความผิด

ของตัว ความไม่ดีของตัวไม่มีใครมองเห็นเพราะคนเรามักจะมองในแง่ที่ดีไปทั้งหมดในเรื่องของตัว เรื่องชั่วไม่ค่อยมอง แล้วคนเราโดยปกติแล้วไม่ใช่ดีร้อยเปอร์เซ็นต์ ไม่ใช่ว่าจะเสียร้อยเปอร์เซ็นต์ มีดีมีเสียปะปนกันอยู่ด้วยกันทั้งนั้นเพราะยังเป็นปุถุชน คำว่า เป็นปุถุชน หมายความว่า เป็นคนมีสติปัญญาไม่สมบูรณ์ ยังมีข้อบกพร่องอยู่ในความคิดในการพูดในการกระทำ เมื่อเรามีความบกพร่องเราควรจะยินดีในเมื่อคนอื่นเขามาเตือนสติ มาบอกมากล่าวว่าคุณไม่ดีอย่างนั้น ไม่ดีอย่างนี้ เราจะไปโกรธเขาทำไม แต่เราควรจะนึกว่าเราไม่ดีเหมือนเขาว่าหรือเปล่า ถ้ามองเห็นว่าเรามีสิ่งไม่ดีเหมือนเขาว่าก็ควรจะนึกขอบใจเขา ที่ช่วยแนะช่วยเตือน ให้เราได้เกิดความรู้สึกสำนึกได้ แล้วเราควรจะเปลี่ยนแปลงความคิดการพูดการกระทำซึ่งเรียกว่าไม่ดีนั้นให้เป็นความดีขึ้นมาอย่างนี้ก็จะเป็นการเรียบร้อย คำนินทานั้นไม่เป็นพิษเป็นสงแก่เรา เหมือนกับคนโบราณเขาแสดงหนังตะลุง เวลารบกับยักษ์มันแผลงศรมา แผลงศรมาที่พระฤาษี พระฤาษีความจริงไม่ได้ไปรบกับเขาหรอก แต่ว่าลูกศิษย์ไปรบ ลูกศิษย์ไปรบฤาษีก็ทนไม่ได้ ต้องไปเป็นกองเชียร์ให้ลูกศิษย์หน่อย ยักษ์มันโกรธว่าฤาษีไม่เข้าเรื่อง ไม่ใช่กิจของฤาษีมาทำนอกเรื่อง มันเลยแผลงศรมาเพื่อจะตัดคอพระฤาษี แต่ว่าพอลูกศรมามันกลายเป็นดอกไม้ไปเสีย ลูกศรที่แผลงมาแทนที่จะเป็นลูกศรอาบยาพิษ กลายเป็นดอกไม้บูชาพระฤาษี สมัยเด็ก ๆ เคยดูหนังตะลุง นึกว่าฤาษีแกแก่จริง แกมีฤทธิ์มีอำนาจเป่าลูกศรยักษ์ให้เป็นดอกไม้ไปได้ เด็กมันก็ดูไปในรูปอย่างนั้น ดูตามประสาของเด็ก

ครั้นเมื่อมาโตเป็นผู้ใหญ่มาศึกษาธรรมะอะไรเข้า ก็มาเกิดความคิดค้นในแง่ธรรมะว่า ไม้ที่กลายมาจากศรยักษ์ ไม่ใช่ดอกไม้ธรรมดา แต่หมายความว่าลูกศรเป็นอารมณ์ที่มากระทบจิตใจของลูกศรมันจะเสียบแทงเรา ถ้าเราไม่มีปัญญาไปรับสิ่งนั้น มันก็เสียบแทงให้เราเจ็บช้ำน้ำใจ แต่ถ้าเรามีปัญญาเราก็แปลงลูกศรนั้นให้เป็นดอกไม้ คือให้เห็นไปในแง่ดีแง่เป็นประโยชน์ ไม่ให้มันก่อทุกข์ก่อโทษแก่เรา ความจริงมันเป็นอย่างนั้น เพราะฉะนั้นเมื่อคนอื่นแผลงลูกศรมาใส่เรา ด้วยคำพูดนินทาด่าว่าเสียดสี กระทบกระเทียบเปรียบเปรยอย่างไรก็ตาม เราก็มาคิดแต่เพียงว่า มันเป็นเรื่องมีประโยชน์ ลูกศรนั้นก็กลายเป็นดอกไม้ ไม่เป็นพิษเป็นภัยแก่เรา กลายเป็นดอกมะลิไป กลายเป็นดอกกุหลาบไปเสียก็ได้ เราก็ปลอดภัยไม่มีความทุกข์ไม่มีความเดือดร้อน อันเกิดขึ้นจากลูกศรนั้นอันนี้แหละเป็นเรื่องสำคัญที่เราควรจะทำใจไว้ในรูปอย่างนั้นเวลานี้คนเราไม่รู้จักทำใจ เวลามีอะไรกระทบกระเทือนก็พูดตอบไปในทางเสียหาย

ตัวอย่างเช่นเห็นง่าย ๆ ในเรื่องของพวกนักการเมือง พวกที่จะไปทำให้พวกนักการเมืองต่อยกันก็คือนักข่าว นักข่าวเขาเรียกว่าพวกหาเรื่อง แล้วก็หาเรื่องไม่ใช่จะมาลงข่าวอย่างเดียว หาเรื่องให้คนทะเลาะกันด้วย ไปสัมภาษณ์คนนั้นว่าอย่างนั้น พอเสร็จแล้วไปบอกคนนั้นว่า เขาว่าคุณอย่างนั้น คนที่ถูกสัมภาษณ์ทีหลัง เขาเรียกว่าไม่มีปัญญา ไม่มีความคิดความอ่าน พอเขาสัมภาษณ์ อ้ออย่างนั้นไม่ได้มันไม่ถูกต้องอย่างนี้มันต้องเล่นงานกัน นักข่าวก็นั่งยิ้มแป้นชอบใจ กูหยิกท้ายมดให้กัดกันได้สมใจแล้ว ให้มดมันกัดกันแล้วก็เอาไปเขียนทั้งสองฝ่าย ข่าวคนโน้นก็เขียนคนนี้ก็เขียนแล้วก็เกิดเป็นอาหารของหนังสือพิมพ์ต่อไปอย่างนี้เป็นตัวอย่าง

ทีนี้ถ้าหากว่าเราเป็นคนฉลาด เราทำเรื่องจริงให้มันเรื่องเล่นไปเสียก็ได้ ให้เป็นเรื่องสนุกไปเสียก็ได้ มันจะไม่มีเรื่องอะไร อันนี้อยากจะเล่านิทานเซ็นให้ญาติโยมฟังสักเรื่องหนึ่ง คือเรื่องของพระนิกายเซ็น พระญี่ปุ่นนิกายเซ็นอาจารย์คนนั้นแกก็เป็นคนมีชื่อเสียง อยู่ในวัดปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ เป็นที่เคารพบูชาของมหาชน แต่ว่ามีเด็กหญิงข้างวัดคนหนึ่ง ลูกของเจ้าของร้านขายน้ำชา เด็กหญิงคนนั้นมันเกิดมีท้องขึ้นมา โดยไม่รู้ว่าใครเป็นสามี พ่อก็โกรธเรียกมาขู่ตะคอกตีอย่างนั้นอย่างนี้ทุกวัน ๆ ลูกสาวก็เจ็บบ่อย ๆ พ่อถามว่า ใครทำให้เอ็งมีท้อย เจ็บหนักเข้าไม่รู้ว่าจะบอกว่าใครก็เลยบอกว่า หลวงพ่อในวัดนั่นเอง ว่าไปใส่ให้หลวงพ่อเข้าให้แล้ว พ่อก็เลยโกรธไปถึงต่อว่าหลวงพ่อ บอกว่า แหมเป็นพระเป็นเจ้านึกว่าเป็นคนดีเป็นคนเรียบร้อย กราบไหว้บูชาอุดหนุนจุนเจือทุกสิ่งทุกประการ ไม่น่าเลยที่จะทำอย่างนี้ ไปทำให้ลูกสาวฉันมีท้องแล้วไม่รับเสียด้วย หลวงพ่อองค์นั้นแกพูดว่าอย่างไร แกพูดว่า "อ้ออย่างนั้นหรือ" อ้ออย่างนั้นหรือ เท่านั้นแหละแล้วคนนั้นก็กลับไป วันหลังผ่านมาก็มาด่าอีก วันไหนกลุ้มขึ้นมาก็ด่าหลวงพ่ออีก หลวงพ่อแกไม่ว่าอะไร แกบอกว่า "อ้ออย่างนั้นหรือ" คนนั้นก็กลับไปทุกที อยู่ต่อมาหญิงคนนั้นครบสิบเดือนก็คลอดลูกออกมาเป็นผู้ชาย พ่อของหญิงนั้นก็คิดว่า เออเกิดแล้วก็ต้องเอาไปคืนให้พ่อมัน เอาไปให้พ่อมันเลี้ยง เอาไปให้หลวงพ่อ หลวงพ่อก็ผูกเปลไปไกวเปลไปป้อนข้าวป้อนน้ำไปตามเรื่อง ชาวบ้านมาเห็นก็ว่า เออสมน้ำหน้า ไม่ปฏิบัติธรรมะไม่เจริญภาวนา ไปเที่ยวทำให้เขามีลูกมีเต้าก็ต้องเอามาเลี้ยง สมน้ำหน้าไหมล่ะ "อ้ออย่างนั้นหรือ" ท่านก็ตอบว่า "อ้ออย่างนั้นหรือ" ไม่ว่าอะไรเลี้ยงลูกเต้าเขาไปตามเรื่อง ไม่โกรธไม่เคือง

ทีนี้ต่อมาแม่หญิงคนนั้นแกนึกได้ว่า แหม เรานี่บาปมากเสียแล้ว ไปทำให้หลวงพ่อถูกด่าถูกว่าบ่อย ๆ ทำให้คนเขาไม่เลื่อมใสศรัทธา ต้องพูดความจริงเสียทีเถอะ เลยก็ไปบอกว่า ที่หนูบอกว่าหลวงพ่อทำให้หนูท้องมันไม่จริงหรอก หนูท้องกับเจ้าหนุ่มร้านกาแฟตรงกันข้ามนั่นเองแหละ เลยก็เรียกเจ้าหนุ่มนั่นมา มาถามว่าจริงไหม บอกว่าจริงทำไมไม่บอกก็ไม่ถามจะบอกอย่างไร เมื่อเป็นอย่างนั้นก็ไปวัดอีก พ่อของเด็กนั้นก็ไปที่วัด ไปที่วัดก็ไปจัดดอกไม้ธูปเทียนไปขอโทษขอโพยบอกว่า ขอโทษหลวงพ่อที่ทำให้หลวงพ่อเดือดเนื้อร้อนใจ หลวงพ่อท่านตอบว่า "อย่างนั้นหรือ" หลวงพ่อว่า "อย่างนั้นหรือ" เสร็จแล้วมันก็หมดเรื่องกัน เขาเรียกว่ารู้จักคิดจักนึกไม่เอาเรื่องไม่โกรธตอบ ก็ตัวเราไม่ได้เสียหายอะไรเรายังบริสุทธิ์ผุดผ่องอยู่ แล้วเขานินทาว่าร้ายอย่างนั้น ท่านก็ไม่ว่าอะไร แต่ท่านว่า อย่างนั้นหรือ เท่านั้นเองนี่มันก็ดีเหมือนกัน คนไทยเรามีคำพูดอยู่คำหนึ่งว่า "ช่างหัวมันเถอะ" ฟังแล้วดูเป็นคำตลาด ๆ ไปหน่อย แต่ถ้าเอามาใช้ในแง่ธรรมะมันก็เป็นประโยชน์เหมือนกัน เช่นมีอะไรเกิดขึ้นเราก็ว่า ชั่งหัวมัน ชั่งหัวมันเถอะ เราว่าอย่างนั้น คอยพูดกับตัวเองไว้ชั่งหัวมันเถอะ ใครจะพูดจะนินทาว่าอย่างไรเราก็ว่า ชั่งหัวมันเถอะอย่างนี้มันก็สบายใจ ไม่วุ่นวายไม่เดือดร้อน

เขาเล่าว่าพระองค์เจ้าปฤษฎางค์ ท่านสิ้นพระชนม์ไปนานแล้ว ท่านองค์นี้เป็นนักเรียนนอกเหมือนกัน แล้วก็ไปบวชอยู่ประเทศลังกา บวชแล้วสร้างวัดวาสร้างเจดีย์อะไรไว้สวยงาม ท่านเป็นนักเรียนวิศวะ แล้วก็ต่อมาท่านก็ลาสิกขากลับมาอยู่ที่วัดกรุงเทพ ฯ ที่หน้าวังของท่าน ท่านมีตาชั่งเหมือนกับกระทรวงยุติธรรม วางไว้อันหนึ่ง แล้วในตาชั่งนั้นแกวางอะไรไว้รู้ไหม วางหัวมันไว้สองหัว ชั่งหัวมันนั่นเองติดไว้หน้าวัง คนเดินไปเดินมาท่านมานั่งมองดู คนเห็นชั่งหัวมันก็ว่าเจ้าวังนี้ไม่ค่อยเต็มเต็ง ชั่งหัวมันท่านได้ยินก็ยิ้ม ยิ้มว่าคนมันว่าว่าเจ้าชั่งหัวมัน ท่านเอาหัวมันมาวางไว้เพื่อสอนคนสอนว่า ให้ชั่งหัวมันเสียมั่ง อย่าไปยึดไปถืออย่าเอามาเป็นอารมณ์ อย่านึกว่าเป็นของกู ๆ ตลอดไป ให้รู้จักปล่อยรู้จักว่าใครเขาว่าอะไรก็ชั่งหัวมันเถอะ มันก็ไม่มีอะไร อันนี้มันก็ดีสังคมในยุคปัจจุบันนี้น่าจะใช้ ใช้คำว่า ชั่งหัวมันเสียมั่ง เวลามีอะไรเกิดขึ้นชั่งหัวมัน พอพ้นระยะหนึ่ง เรียกว่าระยะสั้นส่วนการแก้ปัญหาในระยะยาวนั้น เราต้องมาคิดว่า เออเขาว่าอย่างนั้นเขาว่าอย่างนี้ มีอะไรเป็นอย่างนั้นจริงหรือไม่ ก็แก้ไขต่อไปนี้เรียกว่าในฝ่ายเสีย ด้านที่เขาติเรา ในเรื่องชมก็เหมือนกัน คนที่ชม

เรานั้นก็ต้องระวังเหมือนกัน อยู่ดี ๆ มาถึงเขาชมใหญ่เชียว ต้องมีแผนการณ์แล้ว มาชมอย่างนั้น จะยืมสตางค์เราหรือจะขออะไรจากเรา หรือว่าจะไหว้วานเราให้ทำอะไรแก่เขามันมีเรื่อง อยู่ดี ๆ จะมานั่งชมมันไม่ได้อะไรต้องมีเรื่อง เราอย่าไปหลงลมที่เขาชมเรา แต่เราต้องคิดว่าเออมันจะมาไม้ไหนก็ไม่รู้ ทำอย่างไรก็ไม่รู้ ต้องระวังตัวไว้ เพื่อจะได้แก้สถานการณ์ต่อไป และถ้าหากใครเขาชมเรา เราอย่าไปเมา แต่เราคิดว่าเออเขาว่าเราดี เขาว่าเราเป็นอย่างนั้นอย่างนี้เรามีอย่างนั้นหรือเปล่า ถ้าเรามองเห็นว่าเรามี ดีแล้วสมตามที่เขาชมเราต้องรักษาระดับความดีนี้ไว้ แล้วก็ให้สูงขึ้นไปเรื่อย ๆ อันนี้จะช่วยให้สบายใจ ไม่เกิดปัญหายุ่งยากแก่ชีวิตจิตใจของเรามากเกินไป ในเรื่องเกี่ยวกับคำติคำชม

ในเรื่องอื่นก็เหมือนกันเช่นเรื่องสุขเรื่องทุกข์ ญาติโยมทั้งหลายในชีวิตประจำวันก็ย่อมมีความทุกข์บ้าง มีความสุขเกิดขึ้นในใจบ้าง ไม่มีใครเลยจะเป็นสุขตลอดเวลา หรือเป็นทุกข์ตลอดเวลา ถ้าผู้นั้นยังไม่เป็นพระอรหันต์ พระอรหันต์นั้นท่านมีแต่ความปกติ เขาไม่เรียกว่าเป็นสุข ท่านปกติของท่าน คือจิตของท่านอยู่ในสภาพปกติ ไม่ขึ้นไม่ลง แต่ว่าปุถุชนเรานี้ยังขึ้นยังลง ถ้าขึ้นก็เรียกว่าเป็นความสุข ถ้าลงก็เรียกว่าเป็นความทุกข์ นั่นเป็นเรื่องของคนธรรมดา ๆ ที่ยังอยู่ในกระแสของกิเลส คือยังยินดียินร้าย ยังพอใจ ไม่พอใจ ยังเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ เราก็เรียกว่าเป็นสุขเป็นทุกข์ แต่ชีวิตของพระอรหันต์นั้นท่านไม่มีสภาพเป็นอย่างนั้น ท่านมีสภาพจิตเป็นปกติ จิตปกติของพระอรหันต์นั้นคือว่าผุดผ่อง ไม่มีเศร้าหมอง ไม่มีความขุ่นมัว ไม่มีกิเลสเข้ามาเกาะจับอยู่ในจิตใจของท่าน อะไรจะมากระทบอายตนะของท่าน รูปกระทบตาเสียงกระทบหู กลิ่นกระทบจมูก รสกระทบลิ้น อะไรมากระทบกายประสาท ไม่มีอำนาจจะปรุงแต่งจิตใจของท่าน จิตใจของท่านไม่ถูกปรุงแต่ง ท่านจึงอยู่ในสภาพที่เรียกว่าปกติความปกติอันนี้แหละเราเรียกว่าสุขอย่าพูดว่าสุขอย่างยิ่งพูดตามภาษาชาวบ้าน ไม่ใช่ภาษาของพระอรหันต์ ภาษาของพระอรหันต์นั้นไม่มีคำว่าสุขว่าทุกข์ มีแต่คำว่า ปกติ คือมันอยู่อย่างนั้น คือไม่ขึ้นไม่ลง แต่พูดให้ชาวบ้านเข้าใจก็ว่ามีความสุขเป็นสุขอย่างยิ่ง สุขที่ไม่มีการเปลี่ยนแปลง ไม่ขึ้นไม่ลงอะไรทั้งนั้น นั่นสภาพของพระอรหันต์ท่านเป็นอย่างนั้น แต่ว่าเราที่เป็นคนธรรมดา ยังอยู่ในอำนาจของอารมณ์คือสิ่งใดมากระทบก็เกิดหวั่นไหว ยินดีบ้างยินร้ายบ้าง เป็นสุขบ้างเป็นทุกข์บ้างเพราะอารมณ์นั้น ๆ มากระทบ อันนี้เป็นเรื่องธรรมดา เรา

ควรจะได้ทำอย่างไรที่จะไม่ให้จิตใจขึ้นลงกับอารมณ์นั้น ๆ พูดกันโดยปกติ แล้วญาติโยมทุกคนไม่ต้องการอยู่อย่างเป็นทุกข์ แต่ต้องการอยู่อย่างมีความสุขใจสบายใจ ความสุขใจสบายใจก็หมายความว่ามีสภาพจิตใจสงบเหมือนกับน้ำนิ่ง เหมือนกับน้ำที่อยู่ในถ้วยแก้วมันอยู่นิ่งไม่กระเพื่อม เพราะไม่มีอะไรมากระทบให้กระเพื่อม แต่ถ้าเราไปดูน้ำในที่บางแห่งเช่นน้ำในหนองในบึง มันกระเพื่อมอยู่ตลอดเวลา เพราะอำนาจลมมากระทบน้ำนั้น มันก็กระเพื่อม แม้แต่ในทะเลที่ทางกรมอุตุเขาบอกว่าทะเลเรียบ มันเรียบอย่างแบบทะเลนั่นเอง ไม่ใช่ว่าเรียบอย่างนั้นไม่ใช่แต่ว่าคลื่นมัน มันไม่รุนแรงเราจึงเรียกว่า น้ำทะเลเรียบ

จิตใจคนก็มีสภาพเช่นนั้น ถ้าหากว่ามันสงบก็หมายความไม่กระทบกระเทือนด้วยสิ่งที่มารบกวนจิตใจ ไม่ขึ้นไม่ลงไม่ยินดียินร้ายในสิ่งเหล่านั้น จิตใจของผู้นั้นอยู่ในสภาพสงบแต่ว่าโดยปกตินั้นมันไม่สงบบางครั้งก็มีความกลุ้มใจ วิตกกังวลด้วยปัญหาอะไร ๆ ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน เช่นเรามีครอบครัวก็ต้องมีปัญหา ปัญหาเกี่ยวกับลูกบ้างเกี่ยวกับงานบ้างทรัพย์สมบัติกิจกรรมอย่างโน้นอย่างนี้อะไรต่าง ๆ นานา ทำให้ต้องมีความวิตกกังวลวุ่นวายใจอยู่บ่อย ๆ และในขณะที่เรามีความวุ่นวายทางจิตใจนั้น เราลองสังเกตว่าใจเราเป็นอย่างไรมันร้อนหรือว่าเย็น สงบหรือว่าวุ่นวาย มืดหรือว่าสว่าง ถ้าเราพิจารณาตัวเราเองแล้วจะรู้ว่า มันมีความร้อนบ้างวุ่นวายบ้าง มืดบอดไปด้วยอำนาจกิเลสที่มากระทบจิตใจบ้าง อันนี้เป็นความสุขหรือไม่ เราก็ตอบว่ามันไม่เป็นความสุข แต่มันเป็นความร้อนอกร้อนใจไม่มีความสงบใจ และถ้าเราอยู่ในสภาพเช่นนั้นสักชั่วโมงหนึ่งสองชั่วโมงเราจะสบายไหม ไม่สบายคล้าย ๆ กับอยู่ใกล้กองไฟ ผิวหนังมันร้อนผ่าวอยู่ตลอดเวลา จิตใจก็เผาอยู่ด้วยอารมณ์อย่างนั้นตลอดเวลา อันนี้ไม่เป็นความสุขในทางจิตใจ เป็นเรื่องที่เราควรจะคิดแก้ไข การศึกษาธรรมะการปฏิบัติธรรมะในทางพระพุทธศาสนานั้น ก็มีจุดหมายอยู่ที่เรื่องนี้ เรื่องว่าเราจะอยู่อย่างไรจึงจะมีจิตใจสงบเป็นปกติอยู่ได้ตลอดเวลา อันนี้เป็นปัญหาที่เราต้องศึกษาจากธรรมะของพระพุทธเจ้า จากวิธีการปฏิบัติจากแนวธรรมะของพระผู้มีพระภาคเจ้าซึ่งทรงวางไว้ เพื่อให้เราอยู่ได้เป็นปกติไม่วุ่นวายมากเกินไป

บางคนอาจจะนึกไป วันนั้นคุยกับนักศึกษาหลายคนเป็นนักศึกษาผู้ใหญ่แล้ว ได้ปริญญาโทแล้ว กำลังทำปริญญาเอกอยู่ บอกว่าโลกในสมัยนี้มันแข่งขันกันในเรื่องการทำมาหากิน คนเราที่จะไปวัดไปวาเพื่อปฏิบัติตนไปนิพพานนั้นมันเป็นไปไม่ได้ เขาพูดว่าอย่างนั้น อาตมาได้ยินคำพูดเช่นนั้นก็นึกในใจว่า นี่ยังไม่เข้าใจความหมาย ยังไม่รู้จุดหมายแท้จริงของพระพุทธศาสนา พระพุทธศาสนานั้นสอนให้เราปฏิบัติธรรมเพื่อให้เราอยู่ในโลกได้อย่างชนิดที่เรียกว่าไม่ให้โลกมันทำร้ายเรา นี่จุดหมายมันอยู่ตรงนี้ ให้เราอยู่ในบ้านในเรือนปฏิบัติหน้าที่การงานเป็นปกติโดยไม่ต้องเจ็บช้ำน้ำใจ ไม่ต้องมีความทุกข์ไม่ต้องมีความเดือดร้อน ไม่ได้หมายความว่าเมื่อปฏิบัติธรรมแล้วต้องทิ้งบ้านทิ้งช่องมาอยู่วัดวาอาราม หรือว่าไปอยู่ป่าดงอะไร อย่างนั้นไม่ใช่ ก็มีบ้างสำหรับบุคคลบางประเภทเช่นว่าผู้ที่มาบวชเป็นพระตั้งใจจะบวชอยู่ตลอดชีวิต ก็เพื่อจะได้ทำกิจพระศาสนา เพื่อศึกษาให้ลึกซึ้งเพื่อปฏิบัติให้พ้นจากความทุกข์ได้อย่างเด็ดขาด แล้วจะได้เป็นพี่เลี้ยงญาติโยมทั้งหลายต่อไป ช่วยตักเตือนแนะนำญาติโยมทั้งหลายให้เกิดความรู้สึกนึกคิดในทางที่ถูกที่ชอบ อันจะช่วยให้ชีวิตเรียบร้อยก้าวหน้า นั่นเป็นประเภทหนึ่ง แต่ว่าประเภทคนทั่วไปที่ยังคลุกคลีอยู่กับงาน ต้องทำการค้าขายทำธุรกิจ ติดต่อกับคนนั้นคนนี้ทางศาสนาไม่ได้ห้าม ไม่ได้บอกว่าทำไม่ได้ ไม่ใช่อย่างนั้นแต่ว่าให้ทำอย่างผู้มีปัญญา ไม่ใช่ทำด้วยอารมณ์ที่ร้อนวุ่นวายจิตใจกระสับกระส่ายอยู่ตลอดเวลา ไม่ใช่อย่างนั้น แต่ให้ทำด้วยจิตใจที่รู้เท่ารู้ทันต่อสิ่งนั้นตามสภาพที่เป็นจริง สิ่งนั้นไม่ทำให้เราเกิดเป็นปัญหา ไม่ให้เราต้องเป็นทุกข์ หรือพูดอีกอย่างหนึ่งว่าให้เราทำงานด้วยความเพลิดเพลิน ด้วยความสนุกสบาย ไม่ใช่ทำงานด้วยความทุกข์ใจด้วยความเดือดเนื้อร้อนใจ หรือด้วยความกระวนกระวายด้วยประการต่าง ๆ แต่ให้ทำงานด้วยอารมณ์สดชื่นรื่นเริง มีความสะดวกสบายอยู่ตลอดเวลาไม่ว่างานที่เราทำนั้นจะเป็นงานหนักงานเบา งานไกลงานใกล้ยากง่ายอย่างไร ใจเราเป็นปกติคงเดิม ไม่ใช่ว่าพองานหนักแล้วใจมันหนักขึ้นมา พองานเบาก็เบาขึ้นมาไม่ใช่อย่างนั้น ถ้าอย่างนั้นก็เรียกว่ายังไม่ถึงธรรมะ ยังไม่รู้เท่ารู้ทันของสิ่งที่เข้ามากระทบจิตใจเรา เมื่อใดเรามีความรู้สึกในใจว่าเหมือนกันงานหนักกับงานเบาเท่ากัน ไกลใกล้เท่ากันยากง่ายมันก็เท่ากัน อะไร ๆ มันก็

เหมือนกัน เหมือนกันในแง่ที่ว่ามันเป็นงานเท่านั้นเองแล้วเป็นงานที่ต้องใช้สมองใช้ปัญญาคิดอ่าน เพื่อทำให้มันสำเร็จไป และในขณะที่เราทำนั้น เราไม่ได้ทำด้วยอารมณ์รีบร้อนแต่เราทำด้วยใจสงบเย็น การทำด้วยอารมณ์รีบร้อนกับการกระทำด้วยใจสงบเย็นนั้นมันผิดกัน ให้สังเกตง่าย ๆ อย่างนี้ก็แล้วกัน เวลาเราเดินทางไปไหน ๆ ถ้าเราเดินด้วยความรีบร้อนมันเหนื่อยมาก แต่ถ้าเราเดินตามปกติมันก็ถึงจุดหมายปลายทางเหมือนกัน แต่ว่าจิตใจนั้นไม่เหน็ดไม่เหนื่อย เรามีปกติทางด้านจิตใจ หรืองานอะไรอื่นก็เหมือนกัน ถ้าเราทำด้วยความรีบร้อนนั่งเป็นทุกข์ ตัวอย่างเห็นง่าย ๆ เช่นเราหุงข้าว ถ้าเราหิวเราจะรู้สึกว่ามันเดือดช้า เอาหม้อไฟฟ้าใส่ข้าวสารใส่น้ำเสียบปลั๊กแล้ว เรากำลังหิวนั่งมองหม้อข้าวทำไมมันเดือดช้าจริง ๆ แรงไฟวันนี้มันเป็นอย่างไร ทำไมมันไม่เดือด ใจมันต้องการไว มันไม่ทันใจ เรามีความเป็นทุกข์ ใครมาพูดจากขวางหูเข้าเดี๋ยวก็เปรี้ยงปร้างเข้าให้เท่านั้นเอง นี้คือใจมันไม่ดี เพราะว่าไม่รู้จักบังคับใจตัวเอง

แต่ถ้าหากว่าเรารู้จักบังคับใจตัวเองได้ เราก็เสียบปลั๊กเข้าไปแล้วก็นั่งเฉย ๆ มันร้อนของมันเองแรงไฟมันวิ่งของมันเอง แล้วพอร้อนหม้อข้าวสุกมันตัดไฟของมันโดยอัตโนมัติของมันเอง เราไม่ต้องร้อนใจเตรียมชามไว้ตักข้าว เตรียมช้อน เตรียมซ่อมไว้กินก็แล้วกัน อย่างนี้มันก็ไม่ยุ่งใจ อาการเช่นนี้มีแก่เราหรือไม่ ญาติโยมลองนึกเอามันก็มีเหมือนอย่างที่ท่านว่านั่นแหละ มีเอาบ่อย ๆ เช่นขับรถไปไหน ๆ บางทีก็ขับด้วยความร้อนใจ พอรถติดก็ยิ่งร้อนใจใหญ่ เพราะว่าไปไม่ได้ แล้วเวลาที่รถติดนั้นเราร้อนใจมันไปได้หรือเปล่า ก็ไปไม่ได้ก็ยังติดอยู่นั่นแหละ เพราะว่ารถข้างหน้ามันไม่เคลื่อนเราจะเลื่อนไปได้อย่างไร แต่ว่าใจมันไปก่อนรถนี่แหละที่มันยุ่งใจ ความต้องการมันวิ่งไปข้างหน้า วัตถุยังไม่เคลื่อนแต่ใจของเราเคลื่อนเสียแล้ว จึงได้สร้างปัญหาสร้างความทุกข์ความเดือดร้อนขึ้นในใจของเราด้วยประการต่าง ๆ การปฏิบัติธรรมะก็เพื่อจะให้มีปัญญา ได้ระงับยับยั้งชั่งใจ ไม่ให้เกิดความร้อนเกิดความกระวนกระวาย ในสิ่งต่าง ๆ ที่เรายังไม่ได้ยังไม่มี เราต้องรู้จักรอต่อสิ่งนั้น ว่าเมื่อไหร่

มันจะถึงเวลาก็ต้องรอไปก่อน รอด้วยความสงบเยือกเย็น ผู้ใดมีใจสงบมีใจเยือกเย็นผู้นั้นย่อมเป็นสุขในที่ทุกสถานในกาลทุกเมื่อ แต่ถ้าเกิดอารมณ์ร้อนเมื่อไหร่แล้วก็ไม่สบายใจ แล้วสังเกตดูว่าคนที่มีความร้อนในทางจิตใจบ่อย ๆ นั้น ร่างกายมักจะผิดปกติ เช่นว่ามือไม้สั่นบ้างศีรษะสั่นบ้าง ประสาทมันเสียนั่นเอง เพราะเราไปเผามันบ่อย ๆ ทำให้ส่วนต่าง ๆ ในร่างกายเปลี่ยนแปลงไป คือโทษในทางกายแล้วก็เป็นทุกข์ต่อไป

แต่ถ้าเราเป็นคนใจสงบใจเย็นไว้ ไม่มีเรื่องอะไรที่จะให้เกิดปัญหา เพราะฉะนั้นต้องหัดในเรื่องนี้ เช่นเราอยู่ในบ้านหัดได้ง่าย เพราะมีสิ่งรบกวนใจอยู่ตลอดเวลา เช่นว่าคนใช้บางทีมันก็ทำงานถูก บางทีก็ทำไม่ถูก บางทีก็ทำช้าไป บางทีก็เร็วไปอีกจนของเสียหายตกแตกไปก็มี ถ้าเราไปขุ่นกับอารมณ์ของคนใช้ เราจะไม่สบาย แล้วคนใช้จะหัวเราะเราอีกด้วยซ้ำไป หัวเราะว่านายเราอย่างนั้นอย่างนี้ขึ้น ๆ ลง ประเดี๋ยวเป็นอย่างนั้นประเดี๋ยวเป็นอย่างนี้ วันก่อนนี้มีคนในบ้านบ้านหนึ่งขับรถมาแล้วก็คุยเรื่องนายให้ฟัง แกนินทานายแกนั่นเองไม่ใช่เรื่องอะไรแกนินทาแบบขำ ๆ บอกว่านายผมอย่างนั้นอย่างนี้ อะไรต่าง ๆ จะไปเล่นไพ่ขับรถให้ไม่ทันใจก็โกรธ ตอนเลิกไพ่แล้วไปรับไม่ทันก็โกรธ เราไปไม่ทันรถมันติดอย่างนั้นอย่างนี้ นี่แหละเขาเรียกว่าคนใช้มันมองนายในแง่น่าขำไป เพราะเราทำตัวตลกให้เขาขำนั่นเอง เพราะฉะนั้นเราอย่าไปทำอะไรให้เป็นตัวตลกให้เขาหัวเราะ แต่ว่าเราจะต้องมีจิตใจสูงกว่าคนที่เราใช้ใจที่สูงกว่าก็คือใจที่มีสติปัญญา รู้จักยับยั้งชั่งใจ ใจสงบใจเยือกเย็นไม่โกรธไม่เคืองอะไรในเรื่องอะไรต่าง ๆ การดุการว่าคนไม่ฉุนเฉียวแล้วดุ ดุอย่างนั้นเหมือนกับดุตัวเราเอง เอาไฟไปเผาเขาแล้วเราก็ร้อนเองด้วย ไม่ดีอย่างนั้น เราดุด้วยใจเย็นเรียกมาสอนมาเตือน ทำอย่างนั้นไม่ถูกทำอย่างนี้ไม่ถูก ทำอย่างนั้นของเสียหายจะต้องระมัดระวัง ทำอะไรชนิดที่รวดเร็วอย่างนั้นหรือว่าอย่าทำอย่างนั้นอย่างนี้ค่อยพูดค่อยจากัน ถ้าเราค่อยสอนค่อยแนะค่อยเตือนไปคนใช้นั้นก็จะมีจิตใจดีขึ้น เพราะเราคอยกล่อมเกลาเขาคอยแนะคอยเตือนเขา

อีกประการหนึ่งทำให้คนที่เขาอยู่กับเรานั้นมีความจงรักภักดี ความจงรักภักดีนั้นเกิดขึ้นเพราะเราไม่โกรธเขามากเกินไป แสดงความเห็นใจไม่แสดงอาการฉุนเฉียว อันคนที่โง่นั้นเป็นคนที่น่าสงสาร คนไม่มีความรู้ก็เป็นคนที่น่าสงสาร แทนที่เราจะไปเกลียดเขา เรานึกว่าเป็นคนที่น่าสงสารน่าเห็นใจ เราควรจะช่วยเขาในรูปใดเพื่อให้เขามีความคิดดีขึ้น มีการกระทำดีขึ้นอย่างนี้ก็จะทำให้สบายใจ ไม่วุ่นวายไม่เดือดร้อน การที่เราจะควบคุมจิตใจของเรานั้นเป็นเรื่องสำคัญ การควบคุมจิตใจก็ควบคุมสิ่งที่มากระทบ ไม่ให้มันเกิดอะไรขึ้นมา คุมบ่อย ๆ ทำบ่อย ๆ แล้วก็ค่อยดีขึ้นเอง มันดีขึ้นโดยไม่รู้ตัวเป็นอัตโนมัติถ้าเราหมั่นทำบ่อย ๆ คือหัดให้มีสติคอยควบคุมตัวเองไว้ ยับยั้งชั่งใจ อะไรมากระทบก็ไม่ให้เกิดอะไรวู่วาม อย่างนี้จะสบายใจได้ประการหนึ่ง คือการต่อสู้กับสิ่งที่เรียกว่าความสุขความทุกข์ในชีวิตประจำวัน นี่เป็นเรื่องที่น่าคิด

ทีนี้อีกประการหนึ่ง เมื่อตะกี้นี้พูดขึ้นต้นว่านายเมาเจ๋อตุงแกตายไป แล้วก็พูดให้โยมรู้ว่าความตายมันเป็นเรื่องธรรมดาที่จะเกิดมีแก่ทุกชีวิต อันนี้คนเราไม่ค่อยได้คิด เรื่องความตายไม่ค่อยคิด เพราะคนเรามีความต้องการที่จะอยู่มาก ทุกคนเหมือนกันต้องการที่จะอยู่ทั้งนั้น ไม่มีใครอยากตาย แต่ว่าก็ไม่ได้ว่าไม่ให้อยู่ อยู่ไปตามเรื่อง แต่เราจะต้องคิดไว้บ้างว่าเราจะอยู่ค้ำฟ้าไม่ได้ ชีวิตเป็นของไม่เที่ยงมีความเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา วันหนึ่งมันต้องถึงจุดจบเป็นธรรมดา อันนี้เป็นเรื่องที่ควรจะได้คิด ปกติคนเราไม่ค่อยจะได้คิดถึงเรื่องนี้ เพราะไม่ได้คิดถึงเรื่องความตายนี่แหละจึงทำให้คนเกิดความประมาทมัวเมาในชีวิต มัวเมาในทรัพย์สมบัติ มัวเมาในความเป็นใหญ่ในอำนาจวาสนา ในเรื่องอะไรต่าง ๆ อันเป็นเรื่องเกี่ยวกับชีวิตทั้งนั้น แล้วเกิดความวุ่นวายขึ้นในภายหลัง เพราะไม่ได้นึกถึงเรื่องเกี่ยวกับความตายไว้บ้าง ถ้าหากว่าได้เอาความตายที่เราได้ยินเป็นข่าวมาเป็นเครื่องเตือนใจเราว่า เองนี่แหละสุดท้ายชีวิตมันก็จบลงกันที่ตรงนี้ แม้จะมีอำนาจสักเท่าใดยิ่งใหญ่สักเท่าใด ใคร ๆ เขาก็จะ

การพบูชาสักเท่าใดก็ต้องถึงจุดจบคือถึงแก่ความตาย เป็นเรื่องที่หนีไม่พ้น เมื่อเราคิดอย่างนั้นเราก็ควรจะถามตัวเราเอง พิจารณาถึงสังขารร่างกายของเราเองว่ามันก็จะต้องเป็นอย่างนั้นมันเป็นเรื่องธรรมดา เพราะว่าความตายกับความเกิดนั้นเป็นของคู่กัน มาด้วยกันไปด้วยกันอยู่ตลอดเวลา แล้ววันหนึ่งมันจะปรากฏแก่ตาของเราเองว่ามันเป็นอย่างนั้น การนึกคิดในเรื่องความตายนี้ไม่ใช่เรื่องเสียหาย ไม่ใช่เป็นเรื่องที่เรียกว่าอัปมงคลอะไร แต่เป็นเรื่องเป็นมงคลเป็นเหตุให้คนมีความก้าวหน้าในชีวิตในการงานด้วยประการต่าง ๆ เพราะเราได้นึกถึงเรื่องความตายไว้บ้าง คนที่นึกถึงความตายนั้นจะเป็นคนที่ขยันขันแข็งเอางานเอาการ เพราะรู้ว่าชีวิตนี้มันน้อยมันสั้น เราควรจะรีบทำให้เป็นประโยชน์ให้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ ถ้านึกถูกต้อง แต่บางคนมานึกถึงความตายไม่ถูกเป้าหมาย คือพอไปเห็นคนอื่นตายหรือใครตายแล้วใจอ่อนไปกลัวต่อความตายมืออ่อนตีนอ่อน แล้วก็นึกว่าจะทำไปทำไปตายแล้วก็เอาไปไม่ได้ ไปนึกอย่างนั้นอันนี้ไม่ถูกเรื่อง ไม่ตรงตามจุดหมายของพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าสอนให้คิดถึงความตายนั้นก็เพื่อให้รู้ว่าเราจะต้องตาย เราหนีจากความตายไปไม่พ้นและเมื่อรู้ว่าเราจะต้องตายหนีจากความตายไปไม่พ้นแล้ว เราควรจะได้ใช้ชีวิตเท่าที่เหลืออยู่นี้ให้เป็นประโยชน์ด้วยการประกอบหน้าที่ที่เราจะต้องกระทำ

ทุกคนมีหน้าที่ด้วยกันทั้งนั้น ใครมีหน้าที่อันใดจงทำหน้าที่อันนั้นให้สมบูรณ์ให้เรียบร้อย ไม่ให้ขาดตกบกพร่องอย่างนั้นจึงจะเป็นประโยชน์แก่ชีวิต แก่ครอบครัว ตลอดถึงประเทศชาติบ้านเมือง เพราะฉะนั้นการนึกถึงความตายคือให้นึกว่าเราจะต้องตาย เมื่อนึกว่าจะตายแล้วเราก็ไม่ประมาท รีบเร่งกระทำสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่ชีวิต เช่นในเรื่องการงานในด้านวัตถุที่เราพูดในภาษาธรรมะว่าในด้านคดีโลก คดีโลกหมายความว่าในด้านวัตถุ เช่นการแสวงหาทรัพย์สินเงินทองประกอบการงานไปตามหน้าที่ เราก็ทำไปตามเรื่องตามหน้าที่ที่เราจะกระทำได้ แล้วก็ทำด้วยความตั้งอกตั้งใจ ทำให้เรียบร้อยทำให้ดีที่สุด เพราะเรานึกว่าชีวิตไม่แน่ไม่เที่ยง เราอาจจะดับลงไปเมื่อใดก็ได้ เพราะฉะนั้นเมื่อเราจะดับลงไปให้งานที่เหลืออยู่นี้สมบูรณ์เรียบร้อย ไม่มีใครติเราได้ว่าบกพร่องในหน้าที่บกพร่องในการงานทำให้ดีทุกวินาทีของงานนั้น ๆ เวลาเราตายไปก็ไม่มีใครด่าว่า ไม่มีให้ใครติเราว่าเป็นคนอย่างนั้นอย่างนี้ เพราะเราได้นึกถึงเรื่องความตายอยู่แล้วได้ทำงานนั้นให้สมบูรณ์ให้เรียบร้อย ไม่ว่าจะเป็นงานส่วนตัว

ส่วนรวมตลอดจนถึงประเทศชาติ เช่นเราเป็นข้าราชการก็ทำงานให้เต็มเม็ดเต็มหน่วย ตามหน้าที่ที่เราจะกระทำได้ ยิ่งคนใกล้จะเกษียณด้วยแล้ว ยิ่งนึกเรื่องนี้ให้มากหน่อย ว่าเรานี้ใกล้เกษียณแล้วฝากผีไม้ลายมือไว้ทำให้ดีที่สุดเท่าที่จะดีได้ ในสำนักงานของเรา เมื่อเราออกไปแล้วคนมาอยู่ที่หลังจะได้เอาเป็นตัวอย่าง จะพูดจาสรรเสริญเยินยอคนชื่อนั้น ทำงานอยู่ในกรมนี้กองนี้ในกระทรวงนี้ ออกจากราชการไปแล้วท่านทิ้งสิ่งที่เป็นประโยชน์ไว้หลายอย่างหลายประการ คนมาทีหลังก็จะเชิดชูบูชา เพราะเราทำอะไรดีไว้ เพราะเรื่องการกระทำอะไรทิ้งไว้ เป็นความดีนั้นถือว่าเป็นหน้าที่ที่เราทุกคนจะต้องกระทำ การกระทำอะไรไม่ดีนั้นนอกเหนือหน้าที่ เรียกว่าไม่ปฏิบัติธรรมะผู้ที่ปฏิบัติธรรมะต้องทำทุกสิ่งทุกอย่างให้เป็นธรรมแล้วก็สบายใจ ไม่มีเรื่องอะไรที่จะเดือดเนื้อร้อนใจ ยิ่งบุคคลที่เป็นนักการเมือง ทำงานแก่ประเทศชาติบ้านเมือง เวลานี้เขาเรียกว่ามีผู้แทน มีผู้บริหารประเทศชาติบ้านเมือง เวลานี้เขาเรียกว่ามีผู้แทน มีผู้บริหารประเทศชาติคนหนึ่งก็สี่ปีเท่านั้น สี่ปีแล้วก็เหมือนกับสี่ปีตายคือตายจากการเมืองไป จะเกิดอีกหรือไม่นั้นมันอยู่ที่ประชาชนแล้ว ไม่ใช่อยู่ที่ประชนล้วนอยู่ที่ผลงานที่ทำไว้ ถ้าเราทำงานไว้ดีก็เกิดอีก เกิดเป็นผู้แทนสมัยสอง เพราะคนเขาชอบใจให้มาเกิดอีก แต่ถ้าหากว่าเราทำงานไม่ดีไม่ได้เรื่อง ไม่เป็นประโยชน์เขาก็ไม่ให้เกิด หมายความว่าสี่ปีก็ตายไปเลย ไม่ได้เกิดกันอีกต่อไป นั่นก็เป็นความตายเหมือนกัน เรียกว่าตายจากหน้าที่การงานการเมืองไป เพราะว่าเราทำไว้ไม่เหมาะไม่ควร แต่ถ้าเราทำดีไว้มีอาลัยใยดีกันอยู่ ต้องให้เกิดอีก ต้องเลือกอีกคนนี้มันเก่ง งานดีซื่อสัตย์สุจริตมือสะอาด ทำงานเป็นประโยชน์แก่ส่วนรวม ก็มาเกิดต่อไป เกิดต่อไปก็ทำต่อไป ไม่ใช่ว่านึกว่าจะอยู่ค้ำฟ้า อยู่แค่สี่ปีเท่านั้น อนาคตขึ้นอยู่กับงานในปัจจุบันนี้ เพราะฉะนั้นต้องทำให้ดีที่สุด ก็ทำงานไปด้วยความเรียบร้อยก้าวหน้าด้วยดีนั่นเรียกว่านึกถึงความตายในระยะสั้น

แต่ถ้าเราระลึกถึงในระยะยาวว่าชีวิตของเรานี้ มันไม่ยั่งยืนถาวร เรามีโอกาสได้เข้าไปรับใช้ประเทศชาติ ชั่วระยะที่เขากำหนดให้เราเป็น ต้องเป็นให้สมบูรณ์ เป็นให้เรียบร้อยเป็นให้ชื่นชอบแก่คนทั้งหลายที่เขามองดูอยู่ คือเจ้าของงานประชาชนคือเจ้าของงาน เราเข้าไปทำงานให้แก่เขาเขามองเราเพ่งอยู่ตลอดเวลา ถ้าเราทำดีทำเรียบร้อยเขาก็จ้างต่อ แต่ถ้าทำไมเรียบร้อยเขาก็ปลดออก เพราะฉะนั้นจึงต้องจัดงาน ให้เรียบร้อยให้ก้าวหน้าเป็นไปทุกประการ เพราะนึกถึงความตายนี้ประการหนึ่ง

อีกประการหนึ่งถ้าเรานึกถึงความตายว่าชีวิตเรามันไม่แน่นอน เราจะต้องจากงานนี้ไปเมื่อใดก็ได้ เราก็ควรจะให้คนอื่นเขาทำต่อไปแทนเรา สร้างงานสร้างการสร้างระเบียบอะไรทุกอย่าง เพื่อให้คนอื่นเขาทำแทนเราต่อไป เราจะได้ออกไปนั่งดูผลงานที่เราทำไว้ การให้คนอื่นทำแทนนั้นเราออกไปนั่งดู ให้คำปรึกษาคำตักเตือนเขาได้ ว่าคนนั้นจะได้ทำอะไรต่อไป มีคนอยู่ครอบครัวหนึ่งพ่อบ้านเป็นผู้ไม่ประมาทเลี้ยงลูกดีคือ ลูกทุกคนให้ทำงาน มอบงานให้แล้วคอยคุมคอยดูตลอดเวลา เพราะพ่อนึกว่า ไม่กี่วันพ่อจะตายแล้ว แต่ว่าพ่อคนนั้นก็ไม่ตาย อยู่มาถึงเจ็ดสิบกว่าจึงตาย แต่เมื่อตัวตายนั้นลูกสร้างงานเป็นหลักฐานทั้งนั้น งานดีเพราะว่าพ่อคอยคุมไว้ คอยแนะนำตักเตือน คอยติข้อบกพร่อง แล้วคอยชี้แนะว่าควรจะทำอะไรต่อไป คอยแนะคอยเตือนเป็นที่ปรึกษาให้แก่ลูก ๆ ลูก ๆ ก็ทำงานก้าวหน้าเป็นไปด้วยดี พอพ่อถึงแก่กรรมไปกิจการก็ไม่ล้ม เพราะว่าพ่อได้วางงานวางฐานไว้ดี นี้ฉันใดในประเทศชาติก็เหมือนกัน คนที่เข้าไปบริหารงานประเทศชาติ ถ้านึกถึงว่าชีวิตเรามันน้อยมันสั้น เราจะไม่ได้อยู่ยั่งยืนตลอดไป แต่ว่าชาติไม่ตาย เพราะว่ามีคนสืบต่อ เราให้คนอื่นเขาทำต่อไป เราทำมาพอสมควรแล้ว ถ้าคิดอย่างนี้แล้วไม่ยุ่งชีวิตไม่วุ่นวาย ไม่ต้องลำบาก ต้องอยู่อย่างสบาย เพราะเรารู้จักถอยทหารเขาถอยเป็น ไม่ใช่ว่ารุกตลอดเวลา

สงครามโลกครั้งที่สองที่มีชื่อว่า ดันเคิร์ก อยู่ในประเทศฝรั่งเศส การล่าถอยของทหารอังกฤษนั้นแหละคือความชนะถอย เพื่อตั้งตัวเพื่อรบต่อไป ไม่ใช่จะบุกเข้าไปเป็นเหยื่อของปืนกลรถถังเยอรมันต่อไป เพราะเยอรมันมีปืนกลมีรถถังอย่างดี ขืนสู้ตายหมดเลย ถอยลงทะเล เรือแพมีกี่ลำคนอังกฤษเขาพร้อมเพรียงกัน มีเรือหาปลาอะไรเอาไปใช้หมด เอาไปขนทหารข้ามฟาก เพื่อกลับมาบ้านเดิมก่อนมาตั้งตัวใหม่ แล้วผลที่สุดเป็นอย่างไร เยอรมันแพ้เพราะมีการถอยทัพเพื่อตั้งตัวต่อไป เยอรมันบุกรัสเซียก็เหมือนกันรัสเซียมันถอยเป็น เอาดีมาเถอะพ่อเจ้าประคุณ รุกใหญ่ พอถึงหน้าหนาวมันไปไม่รอดแล้ว เจ้าแม่เหมันต์ช่วยรัสเซียแล้ว เยอรมันต้องตั้งรับไอ้นั่นก็บุกใหญ่เลย เยอรมันก็แพ้ เพราะเขาถอยถอยเพื่อเอาชัย คนเราก็เหมือนกันต้องรู้จักถอย ในเวลาควรถอยควรถอยรู้จักรับในเวลาควรรับ อย่างนี้มันก็ไม่เป็นไร การถอยการรับนี้ก็ต้องนึกถึงความตาย ว่าเรานี้จะต้องตาย เพราะฉะนั้นมีอะไรควรถอยเราต้องถอย ทำอะไรก็คิดควรทำต่อไปตามหน้าที่ เรื่องมันก็เรียบร้อยเป็นไปด้วยดี ไม่มีความเสียหาย อันนี้เป็นตัวอย่าง

เพราะฉะนั้น ในทางพระพุทธศาสนาท่านจึงสอนเราทั้งหลายว่า ให้เจริญมรณัสสติ เป็นอนุสสติประการหนึ่งในอนุสสติสิบประการ คือให้นึกเสมอ ๆ ว่าเราหนีความตายไปไม่พ้น ความตายกับชีวิตเป็นของคู่กัน เราอาจถึงความแตกดับเมื่อใดก็ได้ พูดไว้บ่อย ๆ กับตัวอย่างนี้ มีเหตุการณ์อะไรเกิดขึ้นเราจะได้ไม่เศร้าโศกเสียใจ เช่นบิดามารดาตายจากไปเราไม่เสียใจเกินไป เพราะเรารู้ว่าเรื่องธรรมดา จะมีบ้างก็เรียกว่าพอรู้เท่ารู้ทัน พอจะบังคับตัวเองได้เราก็ไม่ทุกข์ไม่ร้อนอันนี้เป็นประโยชน์แก่ชีวิตเพราะคิดถึงความตาย คนเราเวลาตายไปก็หมดเรื่องตอนหนึ่งของชีวิต ตายไปแล้วอะไร ๆ ก็ทิ้งไว้ในโลกต่อไป เพราะเราทำเพื่อให้แผ่นดินนี้ ไม่ใช่เพื่อจะเอาไปทรัพย์สินเงินทองไม่มีใครเอาไปได้ รู้จักใช้ให้เป็นประโยชน์แก่คนทั้งหลายที่อยู่ข้างหลัง ก็ได้ประโยชน์แก่คนข้างหลังต่อไปไม่ใช่ทำเพื่อเรา ถ้าทำเพื่อเราก็คิดผิด แต่เราทำเพื่อส่วนรวมเพื่อชาติบ้านเมือง พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า "คฤหัสถ์ผู้มีปัญญาแม้อยู่ครองเรือน ก็อยู่เพื่อประโยชน์แก่มหาชน" หมายความว่าทำอะไรเพื่อประโยชน์เพื่อความสุขแก่มหาชน เราทำอะไรเพื่อคนอื่นให้ต่างคนต่างทำเพื่อคนอื่น แล้วก็ดีเท่านั้นเองมนุษย์จะมีเมตตาปรานีกัน เห็นอกเห็นใจช่วยเหลือเจือจุนกันในเรื่องต่าง ๆ ตามสมควรแก่ฐานะก็จะเกิดเป็นความสุขความสงบในสังคม อันนี้เป็นเรื่องที่เอามาพูดให้ญาติโยมฟังในวันนี้ เพราะมีเรื่องการตายของคนคนหนึ่งเกิดขึ้นในสังคมโลก ซึ่งทำให้คนดีใจก็มีเสียใจก็มี เพราะมันเป็นเรื่องธรรมดาที่จะเป็นอย่างนั้น ดังที่กล่าวมาก็พอสมควรแก่เวลา ขอยุติไว้เพียงนี้

ปาฐกถาธรรม

โดย

พระราชนันทมุนี

ณ โรงเรียนพุทธธรรม วัดชลประทานรังสฤษฎ์

ปากเกร็ด นนทบุรี

วันอาทิตย์ที่ ๑๙ กันยายน พ.ศ. ๒๕๑๙

ญาติโยมพุทธบริษัททั้งหลาย

. ณ บัดนี้ถึงเวลาของการฟังธรรมปาฐกถา อันเป็นหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาแล้ว ขอให้ทุกท่านอยู่ในอาการสงบ ตั้งอกตั้งใจฟังด้วยดี เพื่อให้ได้ประโยชน์อันเกิดขึ้นจากการฟัง ตามสมควรแก่เวลา.

พวกเราที่ทำการศึกษาข้อธรรมะ อันเป็นหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนานั้น เมื่อศึกษาไปมาก ๆ เข้า แล้วก็นำธรรมะไปเป็นหลักในการพิจารณา ในเรื่องเหตุการณ์อะไรต่างๆ ที่เกิดขึ้น ในชีวิตของเราก็ดีในชีวิตเพื่อนบ้านใกล้เรือนเคียงก็ดีตลอดจนถึงความเป็นไปของสังคมในโลกนี้ เราก็ยิ่งเห็นความจริงของธรรมะมากยิ่งขึ้น คือเห็นว่าธรรมะนี้เป็นสัจจะ เป็นความจริงแท้ที่พระพุทธเจ้าท่านตรัสไว้ แล้วถ้าหากว่านำมาใช้ในชีวิตประจำวัน ก็จะเป็นประโยชน์แก่ตนแก่ท่านอย่างมาก แต่ว่าเมื่อศึกษาดูกันให้ดีแล้ว มนุษย์เราในสมัยปัจจุบันนี้ ไม่ค่อยจะได้ใช้ธรรมมะเป็นหลักในการดำเนินชีวิต ที่ใช้ธรรมะเป็นหลักในการดำเนินชีวิตก็มีอยู่ แล้วก็มีความสุขความสบายไม่วุ่นวายไม่เดือดร้อน ส่วนพวกที่ไม่ได้ใช้ธรรมะเป็นหลักในการดำเนินชีวิตนั้น ย่อมเกิดปัญหาด้วยประการต่าง ๆ สร้างความทุกข์ให้แก่ตนบ้างสร้างความทุกข์ให้แก่บุคคลอื่นบ้างตลอดมา ความจริงชาวโลกเราทั่ว ๆ ไปนั้น ได้ปฏิญาณตนว่าเป็นผู้นับถือศาสนา ไม่ศาสนาใดก็ศาสนาหนึ่งเช่นปฏิญาณตนว่าเป็นคริสต์ ปฏิญาณตนว่าเป็นอิสลาม ปฏิญาณตนว่าเป็นฮินดู พวกเราก็ปฏิญาณตนว่าเป็นพุทธบริษัท

การปฏิญาณตนว่าเป็นผู้นับถือศาสนานั้น ถ้ามองดูกันให้ซึ้งอย่างแท้จริงแล้ว ก็จะพบความจริงว่ายังไม่สมกับคำปฏิญาณที่ได้กล่าวไว้ ยังไม่ได้นำธรรมะเหล่านั้นมาเป็นหลักในการปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ไม่ได้นำหลักธรรมะเหล่านั้นมาเป็นเครื่องมือ ในการบริหารตนบริหารงาน ตลอดจนถึงการบริหารประเทศบ้านเมืองเพื่อให้อยู่ในความสุขความสงบถ้าพิจารณาทั่ว ๆ ไปแล้วก็จะเห็นความจริงในข้อนี้ ญาติโยมลองพิจารณาดูเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในโลกสมัยปัจจุบันนี้ในประเทศต่าง ๆ ทั่ว ๆ ไป ในเหตุการณ์ที่เขาเรียกว่ารุนแรง แต่ว่าความจริงนั้นไม่ใช่เรื่องใหญ่โต มองดูแล้วมันเรื่องเล็กนิดเดียว แต่นั่นแหละเข้าแบบที่เรียกว่าเส้นผมบังภูเขาเรื่องมันจะแก้ได้ง่าย ๆ ไม่ใช่แก้ยากแต่ว่าแก้ไม่ค่อยได้ สร้างปัญหากันจนให้นักการทูตทั้งหลายวิ่งว่อนไปตลอดเวลา นักการทูตที่มีชื่อมีเสียงของโลก ต้องวิ่งไปประเทศนั้นประเทศนี้ เพื่อไปแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในประเทศนั้น ๆ ลงทุนไม่ใช่น้อยในการเดินทาง เพราะต้องไปด้วยเครื่องบินด้วยความรวดเร็วต้องไปพักในที่ดี ๆ หน่อยเพื่อรักษาเกียรติของประเทศชาติแล้วก็ไปพูดจากัน คนที่มาพูดกันนั้นล้วนแต่เรียกตนเองว่าศาสนิกในศาสนานั้นศาสนานี้ทั้งนั้น แต่ว่าเขาเอาศาสนาไปไว้เสียที่ไหน เอาพระผู้เป็นเจ้าที่ตนเคารพบูชาไปไว้เสียที่ไหน ทำไมไม่เอามาใช้ให้เป็นประโยชน์ ในการที่จะแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นต่าง ๆ อันนี้เป็นเรื่องน่าคิด แล้วก็มองเห็นว่าเขาไม่ได้เอามาใช้ บรรดาคำสอนในคัมภีร์ต่าง ๆ นั้น ไม่ว่าจะเป็นคำสอนในพระไตรปิฎกในพระเวทันตะของพราหมณ์ ในโกระอ่านของอิสลาม ในไบเบิลของคริสเตียน ไม่มีคำสอนใดที่สอนให้ยุ่งให้วุ่นวาย ให้ทะเลาะเบาะแว้งกันให้รบราฆ่ากัน มีแต่คำสอนที่ว่าไม่ให้จองเวรจองกรรมต่อกันให้หันหน้าเข้าหากัน ให้ประนีประนอมกันด้วยกันทั้งนั้น อันนี้เป็นคำสอนที่มีอยู่ทั่ว ๆ ไป ในคัมภีร์นั้น เราไปศึกษาก็จะมองเห็น เช่นในศาสนาพราหมณ์ขึ้นต้นก็โอมสานติ พูดแต่เรื่องสานติตลอดเวลา เรื่องสงบทั้งนั้น สวดมนต์สวดพรตอนท้ายก็ลงว่า โอมสานติทั้งนั้นหมายความว่าความสงบ สวดอยู่ตลอดเวลา เรื่องความสงบนี้สวดอยู่เสมอ ศาสนาอิสลามก็บ่งชัดว่าศาสนาแห่งสันติ เพราะคำว่า "อิสลาม" นั้นแปลว่าสงบไม่วุ่นวาย ศาสนาคริสเตียนก็มีคำสอนประเภทที่ไม่ให้จองเวรจองภัยกับใคร ๆ สอนให้รู้จักให้อภัยเขา แม้ว่าเขาจะมาตบมาตีก็ไม่โกรธ

อะไรเพราะว่าเขกดำทั้งหลายเขาก็เจียมเนื้อเจียมตัว ไม่แข็งข้อ แต่ว่าในสมัยนี้มันมีลูกพี่ชอบ ไปยุชอบไปแหย่ทีนั่นที่นี่ให้มันเกิดความวุ่นวายไปทั่วทั้งโลก ลูกพี่ที่เขาไปยุไปแหย่ก็ไม่มีอะไร เห็นแก่ตัวอีกเหมือนกัน ไม่ใช่เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวมหรือว่าแก่ความสงบของโลก แต่ว่าก็ เห็นแก่ตัวอยากจะให้มันวุ่นวายไปทุกหนทุกแห่ง ครั้นเมื่อวุ่นวายกันทุกหนทุกแห่งตัวก็จะได้ สอดมือเข้าไปเกี่ยวข้อง เพื่อแสวงหาประโยชน์ต่อไปรวมความไม่มีความรักที่บริสุทธิ์ ไม่มีความ เมตตาปรานีที่แท้จริง นอกจากบ่ากว่าเมตตาแต่มือไขว้อยู่ข้างหลัง ถือปืนจะจ้องยิงอยู่ตลอดเวลา มันเป็นไปในรูปอย่างนั้น คล้าย ๆ กับภาพการ์ตูนที่เขาเขียนไว้ในสมัยหนึ่ง เขาเขียนเป็นภาพ บาดหลวงมือขวาถือพระคัมภีร์มือซ้ายถือดาบไว้ข้างหลัง นั่นเป็นภาพหมายความว่า ทำท่าว่าจะ ไปสอนศาสนาแต่ว่าจะไปแสวงหาเมืองขึ้นด้วย แสวงหาวัตถุดิบในประเทศนั้น ๆ ด้วย เป็นพวก จักรวรรดิ์นิยมนั่นเอง เขาเขียนภาพในรูปเช่นนั้น นี่ก็คือความเห็นแก่ตัวนั่นเอง เข้ามา แขวงอยู่ข้างหลัง จึงทำไปในรูปอย่างนั้น ปัญหาเรื่องผิวความจริงมันไม่สลักสำคัญอะไร ถ้า เราถือว่ามนุษย์นี้เป็นสิ่งที่ธรรมชาติให้เกิดมา ในศาสนาคริสต์ อิสลามเขาถือว่าพระผู้เป็น เจ้า เป็นผู้สร้างมนุษย์ ก็มนุษย์จะเป็นผิวอะไรก็เป็นบุตรพระผู้เป็นเจ้าทั้งนั้น ถ้าเราถือ ตามหลักศาสนานั้น มนุษย์เป็นบุตรพระผู้เป็นเจ้า พระผู้เป็นเจ้าเป็นผู้สร้างมา

ก็เรามันลูกพ่อเดียวกัน ลูกพ่อเดียวแม่เดียวกัน ให้มันเหมือนกันได้ไหม ดู อย่างในครอบครัวของเราหลายคนพี่น้องหน้าตามันเหมือนกัน เหมือนกับพิมพ์เดียวได้เมื่อไหร่ ผิวพรรณก็อาจไม่เหมือนกัน สติปัญญาก็อาจไม่เหมือนกัน นิสสัยใจคอก็อาจไม่เหมือนกัน บางคนสูงบางคนต่ำ บางคนดำบางคนขาว บางคนเป็นอย่างนั้นบางคนเป็นอย่างนี้ แต่ว่าเรา อยู่กันได้ด้วยอะไร เราอยู่กันด้วยความเห็นอกเห็นใจ ด้วยความรักความเมตตา ด้วย ความคิดว่าเราเป็นพี่น้องกัน เราเกิดมาจากพ่อแม่เดียวกัน เราก็อยู่กันด้วยความเห็นอกเห็น ใจ ช่วยเหลือเจือจุนกันด้วยเรื่องต่าง ๆ ในวงกว้างก็ควรจะคิดในรูปอย่างนั้น นึกว่ามนุษย์ เรานี้เป็นครอบครัวใหญ่แห่งโลก ธรรมชาติหรือพระผู้เป็นเจ้าเป็นผู้สร้างเรามา เราก็ถือว่า

ไม่เคียง อะไรอย่างนี้ ในพุทธศาสนาเราก็สอนอย่างนั้น ว่าเวรย่อมไม่ระงับด้วยการจองเวร แต่ระงับได้ด้วยการไม่ผูกเวรกันไว้ อันนี้มีเป็นคำสอนทั่วไป เรียกว่าเป็นหลักสากลก็ว่าได้ แต่ว่าชาวโลกกลับมองไม่เห็นหลักคำสอนนั้น ไม่เอามาใช้เป็นหลักในชีวิตประจำวันอะไรมันบีดบังไว้ อะไรบีดบังไม่ให้เห็นคำสอนเหล่านี้ อันนี้แหละเป็นเรื่องที่เราควรจะได้พิจารณาถ้าพิจารณาแล้วก็จะพบความจริงว่า สิ่งที่เข้ามาบีดบังไม่ให้เห็นคำสอนอันเป็นอมตะ อันเป็นข้อปฏิบัติที่จะนำผู้ปฏิบัติให้หลุดพ้นจากความทุกข์ความเดือดร้อนนี้ มีอยู่แต่มองไม่เห็น ที่มองไม่เห็นมีอะไรมาบีดบัง ม่านหนาที่บีดบังบัญญา ไม่ให้มองเห็นสิ่งนี้ก็มี อยู่ตัวเดียวเท่านั้นที่สำคัญที่สุด คือความเห็นแก่ตัวนั่นเอง.

ตัวความเห็นแก่ตัวนั่นแหละเป็นมารร้ายที่มาบีดบังดวงตาคือบัญญา ไม่ให้มองเห็นอะไรถูกต้อง ไม่ให้นึกถึงหลักธรรมคำสอน ไมให้นึกถึงพระที่เราคารพบูชา ไม่ให้ปฏิบัติตนตามหลักศาสนา ก็เรื่องความเห็นแก่ตัวนั่นเอง ไม่ใช่เรื่องอะไร ยกตัวอย่างให้เห็นง่ายๆ บัญหาที่เราได้ยินกันอยู่ในข่าวทางวิทยุเช่นบัญหาในประเทศอาฟริกาใต้ ซึ่งเป็นประเทศที่ฝรั่งเข้าไปยึดครอง แต่มีคนอีกประเภทหนึ่งซึ่งมีจำนวนไม่ใช่น้อย เขาเรียกว่า คนผิวดำ คนผิวดำในอาฟริกา คนผิวขาวมองว่าไม่เป็นมนุษย์ไปเลย กีดกันทุกวิถีทางเช่นไม่ให้เรียนเป็นหมอเรียนเป็นนักกฎหมาย ไม่ให้เรียนอะไรหลายอย่าง กีดกันไว้ไม่ให้เรียนวิชานั้นวิชานี้ เคยพบกับชนชาวอาฟริกันผิวดำ ถามว่าท่านเรียนอะไร แกก็บอกว่าเรียนวิชาธรรดา ๆ ไม่ได้เข้าไปเรียนเป็นหมออะไรกับเขาหรอก แกบอกว่าเรียนไม่ได้ที่นั่นเขาไม่ให้เรียน กฎหมายเขาไม่อนุญาต กฎหมายประเภทอย่างนี้ตั้งขึ้นเพื่ออะไร ตั้งขึ้นด้วยความคิดที่อคติที่สุด คือเห็นแก่ตัวนั่นเอง แล้วก็กีดกันคนต่างผิว ต่างศาสนา ต่างอะไร ๆ หลายอย่าง ซึ่งล้วนแต่ว่าเป็นกำแพงกั้นไม่ให้คนเข้ามากัน มนุษย์เรานี่ยิ่งมีกำแพงกั้นมากเท่าใดมันก็ยิ่งวุ่นวายมากเท่านั้น เพราะกันเรื่องผิวบ้างเรื่องศาสนาบ้าง เรื่องประเทศนั้นประเทศนี้ทวีปนั้นทวีปนี้ เที่ยวถืออะไรมากเรื่องซึ่งเป็นเหตุให้เกิดความแตกแยก ไม่เข้าเป็นอันเดียวกัน ในสมัยก่อนนี้ก็ไม่มีเรื่อง

เป็นพี่น้องกัน แล้วจะไปรบราฆ่าฟันกันทำไม จะไปรังเกียจกันด้วยเรื่องเล็กเรื่องน้อยมันเรื่องอะไร ผิวดำผิวขาวมันก็เหมือนกัน จิตใจที่จะบรรลุธรรมะจิตใจที่จะรักความสุขเกลียดความทุกข์ก็เท่ากันไม่ได้มีความแตกกันที่ตรงไหน เหมือนกับในเรื่องสูตรเว่ยหล่าง ญาติโยมเคยอ่านหรือไม่ เวลาอุยแหน่งหรือเวยหล่างไปถึงสำนักอาจารย์แล้ว อาจารย์ก็ถามว่าเจ้ามาจากไหน อุยแหน่งก็บอกว่ามาจากเมืองใต้ อาจารย์บอกว่า คนป่าคนดงมาเรียนธรรมะกับเขาด้วยหรือ อุยเหน่งก็ตอบคมคาย เขาตอบว่า ถึงแม้จะเป็นคนชาวใต้ สมมติว่าเป็นคนป่าคนดง แต่ใจที่จะรู้ธรรมะมีเท่ากัน แปลว่ามีจิตที่จะเรียนธรรมะศึกษาธรรมะ ที่จะบรรลุธรรมะได้มีเท่ากัน เท่ากับคนในเมืองหลวง หรือว่าเหมือนกับคนในที่เจริญแล้ว อันนี้เป็นคำพูดที่มีความเสมอภาพกัน ให้เห็นว่าคนเราเสมอภาคกัน

ชาวโลกมักจะพูดกันว่า เสรีภาพ ภราดรภาพ สมภาพเขาพูดกันนักหนา ในประเทศฝรั่งเศสเขาเขียนไว้ตามกำแพงหลังจากการปฏิวัติใหญ่เขียนว่า เสรีภาพ ภราดร สมภาพ แต่ว่ามันไม่เป็นภาพที่น่ารักอะไร เขียนไว้อย่างนั้นเองว่ากันไปอย่างนั้น แต่ว่ามันเป็นภาพที่เสรีก็ไม่ได้ เสมอกันก็ไม่ได้ความเป็นพี่น้องมันก็มีไม่ได้ เพราะความเห็นแก่ตัวมันเข้าไปขวางไว้ เลยทำอะไรไม่สะดวกสบายไปตาม ๆ กัน เหมือนปัญหาเรื่องผิวในอเมริกาก็ถือ คนอเมริกันมีความหยิ่ง ภูมิใจในตัวเองเหลือเกิน ว่าเป็นชนชาติที่เจริญ มีความก้าวหน้าในทางวิทยาการ สามารถจะไปถึงโลกพระจันทร์ได้ ส่งยานไวกิ้งไปถึงดาวพระอังคารได้ บังคับให้ขุดดินก็ได้ทำอะไรก็ได้ แล้วจะให้เอาดินนั้นกลับมาเมืองนี้ก็ได้ แต่ว่าในชีวิตส่วนตัวนั้นยังมีกิเลสคลุ้มหัวอยู่ ยังรังเกียจแม้กระทั่งผิวดำผิวขาว ไม่สามารถจะเข้ากันได้ในระหว่างคนที่อยู่ในประเทศเดียวกัน แล้วจะไปพูดให้ประเทศอื่นรักกันสามัคคีกัน ในบ้านของตัวแตกกันอยู่ตลอดเวลาแล้วจะไปชวนเพื่อนได้อย่างไร อันนี้มันก็ไม่มีอะไรเพราะความเห็นแก่ตัวมันเข้ามาขวางไว้ เห็นแก่ตัวว่าฉันเป็นฝรั่งผิวขาว แกมันอเมริกันนิโกร มันคนละพวกกันอยู่ตลอดเวลา นิโกรมันก็เรียนหนังสือได้ ก้าวหน้าได้ มันชกมวยเก่งกว่าฝรั่งเสียด้วยซ้ำไป นายโมฮัมหมัดอาลีมันก็เป็นนิโกรเหมือนกัน แต่ชกไม่มีใครจะเอาชนะมันได้ มันก็เก่งได้ เรียนเป็นดอกเตอร์ทางกฎหมายก็มีทางอะไรก็มี

มีนิโกรคนหนึ่งเกิดในบ้านนายเป็นทาส สมัยที่เขาค้าทาสกัน แล้วแกก็พยายามไปศึกษาเล่าเรียน ไปโรงเรียนเห็นเขาเรียนก็เข้าไปเรียน ไม่มีชื่อในบัญชี แกก็บอกว่าทำไมชื่อผมไม่มี เขาบอกว่า ก็เธอยังไม่ได้เข้าเรียน เข้ามาเฉย ๆ เขาบอกว่า ต้องจดชื่อไว้ด้วย ผมก็เป็นนักเรียนในโรงเรียนนี้เหมือนกัน เขาบอกว่าโรงเรียนนี้ไม่รับนักเรียนผิวดำ แกก็ต้องออกอีกแล้ว ก็เดินทางโดยไม่มีรองเท้าใส่ นุ่งกางเกงทำด้วยหนังแกะ ไม่ใช่กางเกงเสื้อผ้าทำด้วยผ้ายอะไรดอก ทำด้วยหนังแกะ เราลองนึกดูว่าหนังแกะมันรำคาญขนาดไหน เวลานุ่งไป แกก็นุ่งไปได้ ไปแห่งนั้นโรงเรียนนั้นเขารับให้เข้าเรียนได้ เพราะเป็นโรงเรียนพวกนิโกร แกก็ได้เรียน เรียนก็ไม่ใช่มีสตางค์กับเขา ไปอาสาล้างชามบ้างกวาดขยะบ้างทำอะไรไปตามเรื่อง เรียนจนได้จบชั้นมัธยมศึกษา แล้วต่อมาก็เป็นคนชอบค้นคว้ามีชื่อมีเสียงในทางด้านเกษตร ค้นคว้าด้านการเกษตรโดยเฉพาะเรื่องถั่วลิสง แกว่าถั่วลิสงมันทำอะไรได้บ้าง แกค้นคว้าถั่วลิสงทำประโยชน์ได้มากเรื่องมากอย่าง ค้นคว้าเป็นงานใหญ่จนรัฐสภาต้องเชิญให้ไปอภิปรายเกี่ยวกับกฎหมายเรื่องถั่วลิสง เวลาแกไปสภาเขาส่งผู้แทนมาต้อนรับ คนที่มาต้อนรับก็เดินสวนไปสวนมา เอ๊ะคนไหนที่เขาให้มารับแกแต่งตัวปอน ๆ หิ้วกระเป๋าขาด ๆ ลงมาจากรถไฟเดินวนไปเวียนมา เขาก็ไม่รู้ว่าคนไหนจะมารับไปสภา แกก็ไปของแกเอง ไปถึงสภาแกก็บอกเขาว่า นี่แหละฉันนี่แหละที่จะมาอภิปรายกฎหมายเกี่ยวกับเรื่องถั่วลิสง เขาบอกว่าส่งคนไปรับแล้วประเดี๋ยวคนรับกลับมาบอกว่าไม่เจอ แต่ว่านายคนนั้นมานั่งอยู่แล้ว นี่เขาก็มีเกียรติเหมือนกัน แม้ผิวดำก็มีเกียรติ แล้วเวลาตายลงไปก็ต้องมีอนุสาวรีย์ไว้ ว่าเป็นนักค้นคว้าผู้มีชื่อมีเสียงคนหนึ่ง เราจะไปกีดกันผิวมันก็ไม่ได้ มันไม่มีอะไร เพียงแต่ว่าเลิกรังเกียจกันเท่านั้นคนก็ไม่ต้องฆ่ากัน เวลานี้ฆ่ากันตายไปมากแล้ว ในอาฟริกาใต้ เพราะเรื่องผิวเรื่องเดียว แล้วผู้ปกครองบ้านเมืองก็บ่ลงไม่ตกไม่รู้จะแก้อย่างไร ต้องไปเชิญนักการทูตมาเจรจา มันเรื่องนิดเดียวเท่านั้นเองไม่ใช่มากอะไรประกาศเลิกว่า ตั้งแต่นี้ต่อไปคนผิวดำกับผิวขาวมีสิทธิเท่าเทียมกัน ไม่กี่คำพูดบ้านเมืองมันก็สงบเรียบร้อย แต่ว่าทำไม่ได้ ความเห็นแก่ตัวอยากจะเอารัดเอาเปรียบต่อไป กูมันใหญ่มานานแล้ว เอาเปรียบ

พวกผิวดำมานานแล้วกูจะให้ลูกหลานโหลนเอาเปรียบต่อไป มันจะเอาเปรียบกันไม่รู้สักกี่ชั่วคน เพราะความเห็นแก่ตัว ไม่มีอะไร ตัวเดียวเท่านั้น ลดความเห็นแก่ตัวเห็นแก่ความสุขความสงบของบ้านเมือง เรื่องมันก็เรียบร้อย ไม่มีปัญหาอะไรอันนี้เป็นตัวอย่างที่เห็นง่าย ๆ นี่ประเทศหนึ่ง.

อีกประเทศหนึ่งเขาเรียกว่า โรดิเซีย ก็เหมือนกันผึ้งนายเอียนสมิท แกเป็นนายกรัฐมนตรีอยู่เวลานี้ แกก็เป็นอยู่อย่างนั้นเอง เขายังไม่ทันให้เป็นแกประกาศเป็นเอาเลยเป็นเอาเอง นี่ความเห็นแก่ตัวจัดทิฏฐิมานะมากกิเลสรุนแรง พระราชินีแห่งอังกฤษยังไม่ได้ประเทศโรดิเซียเป็นอิสระ เพราะว่าจะประกาศให้มันเรียบร้อย ให้พวกผิวดำเขาได้มีสิทธิมีส่วนมั่ง พวกฝรั่งที่ไปทำมาหากินอยู่นั้นกลัวจะเสียประโยชน์นั่นก็คือความเห็นแก่ตัวไม่มีอะไร เลยก็ไม่รอให้สมเด็จพระราชินีประกาศอิสระภาพของประเทศนี้ ยึดเอาเสียเลย แล้วก็ปกครองต่อมา เวลานี้แขกดำมันก็จะสู้.เล้ว เพราะมีพี่เลี้ยงเข้าไปหนุนหลังแล้ว เอาต้องสู้เลยเกิดปัญหาใหญ่ นายคิสซิงเจอร์ นักการทูตใหญ่ก็วิ่งไปวิ่งมาเจรจา เรื่องมันไม่มากอะไรความจริงเรื่องนิดเดียวเอามาอยู่กันฉันท์พี่น้อง ผิวขาวกับผิวดำพี่น้องกันอยู่กันให้สบาย ทำมาหากินกันไปตามเรื่อง มีเท่านี้ไม่มีอะไร แต่ว่ามันทำไม่ได้ ที่ทำไม่ได้เพราะอะไรความเห็นแก่ตัวตัวเดียวเข้ามาขวางไว้ เลยไม่สามารถจะทำอะไรลงไปได้ ให้มันเฉียบขาด นี่ตัวอย่างที่เห็นง่าย ๆ ว่าความเห็นแก่ตัวมันเป็นพิษเป็นภัย ทำลายสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตในประเทศชาติบ้านเมืองให้เสียหาย เกิดความทุกข์ความเดือดร้อน

ทีนี้เรามาดูเมืองไทยของเราว่าความเห็นแก่ตัวมันสร้างสถานการณ์หรือสร้างปัญหาขึ้นในสังคมหรือไม่เอาในเรื่องการบ้านการเมืองเราก็จะมองเห็นว่ามันมีพื้นฐานหนุนหลังอยู่ตัวเดียวเหมือนกัน คือความเห็นแก่ตว พอมีความเห็นแก่ตัวก็มีพวกของตัว แล้วก็มีอะไรเป็นของตัวเพิ่มขึ้นอีกหลายอย่าง ทำให้กินแหนงแคลงใจกันระแวงกัน กลัวว่าคนนั้นจะเด่นกว่าข้าข้าจะด้อยกว่าแกก็เลยเกิดการแข่งขันกัน ไม่ได้แข่งขันกันในรูปธรรมะ แต่แข่งขันกันด้วยอำนาจกิเลส เอาที่เป็นตัวพื้นฐานคือว่วามเห็นแก่ตัว เอาตัวมาตั้งไว้ข้างหน้าแล้วก็รดน้ำพรวนดินกิเลสประเภทอื่น ๆ เกิดขึ้นอีกเยอะแยะแล้วเอามาใช้เป็นมาตรฐานในการปฏิบัติงาน ก็เกิดเป็นปัญหาขึ้น

อีก ก่อความทุกข์ก่อความเดือดร้อนกันขึ้นด้วยประการต่าง ๆ นี่เขามีการโยกย้ายนายทหารกัน ก่อนจะโยกย้ายก็แหมนักหนังสือพิมพ์เป็นนักทำนายโชคชะตาราศีของมนุษย์ผู้ยิ่งใหญ่พวกนี้เขียนไปคาดการณ์ไปคนนั้นจะอย่างนั้นคนนี้จะอย่างนี้ เขียนให้มันวุ่นพวกเขียนไม่ใช่เรื่องอะไรหาเรื่องให้ได้เขียนก็แล้วกันแล้วจะได้สตางค์ไปตามเรื่อง เพราะขายได้คล่องไป คนก็ชอบอ่าน คนเราก็แปลก ถ้าว่าเรื่องเขาทะเลาะกันอะไรกับชอบอ่านชอบดู คนนั่งสองคนเงียบนั่ง ๆ ไม่มีใครไปดู แต่ถ้าสองคนเถียงกันแล้วต้องไปดูหน่อย มันเป็นอย่างนั้นมนุษย์เรามันชอบชอบวุ่นวายไม่ชอบความสงบ ตรงไหนสงบไม่สนใจ แต่ถ้าตรงไหนวุ่นวายแล้วคนใจ นี่มันเป็นอย่างนี้ เพราะฉะนั้นพวกนี้ก็เรียนจิตวิทยา บอกว่ามันต้องทำให้ยุ่งต้องทำให้วุ่นวาย คนจะได้ชอบอ่าน เลยเขียนให้วุ่น คนนั้นควรอย่างนั้นแล้วก็ไปสัมภาษณ์คนนั้นอย่างนั้นคนนี้อย่างนี้ คนที่ให้สัมภาษณ์อาตมาก็อ่านอยู่เหมือนกัน ลองอ่านดูแล้วพูดออกไปด้วยอารมณ์เหมือนกัน ด้วยความเห็นแก่ตัวอีกเหมือนกัน ไม่ได้พูดเพื่อชาติไม่ได้พูดเพื่อบ้านเมือง ไม่ได้พูดว่าบ้านเมืองเราเวลานี้มันอยู่ในสภาพอย่างไร ควรจะให้สัมภาษณ์อย่างไรให้มันเป็นไปเพื่อความสุขความสามัคคีหันหน้าเข้าหากัน แต่กลับพูดให้สัมภาษณ์ไปในแนวอื่นต่อไป วุ่นวายจนกว่าจะมีพระบรมราชโองการออกมา พอมีพระบรมราชโองการออกมาแล้วเรียบร้อย นึกว่าจะเรียบร้อย กลับไม่เรียบร้อยอีก บางคนไม่ชอบใจในการถูกย้ายไปอยู่ตำแหน่งนั้นตำแหน่งนี้ คือว่ารู้สึกมันเสียศักดิ์ศรี มันด้อยไป ศักดิ์ศรีความด้อยความเด่นมันอยู่ที่อะไร ก็อยู่ที่ตัวไม่มีอะไร ตัวอัตตาตัวนี้สำคัญนักหนาอัตตามันมีอยู่พอมีอัตตาศักดิ์ศรีมันก็เกิดขึ้น อันนั้นอันนี้ก็เกิดขึ้น เพราะมีตัวเอาตัวไปใส่ไว้

บางทีก็ตัวใหญ่สำคัญกว่ากูนี่ใหญ่ ใครแตะต้องไม่ได้กูจะต้องอยู่ตรงนี้จะย้ายไปอยู่ตรงนั้นก็ไม่ได้ ฉันไม่ไปฉันจะอยู่ตรงนี้ต่อไป นี่คือความเห็นแก่ตัวเกิดขึ้น พอเกิดอารมณ์ขึ้นว่าไม่เหมาะที่เขาย้ายไปไว้ที่นั่น ลืมอะไรไปหมดลืมนึกถึงในหลวงซึ่งเป็นยอดที่เราบูชา ยอดคนที่เราควรบูชาในบ้านในเมืองพระราชโองการเป็นสิ่งที่เราจะต้องเคารพแล้ว ในหลวงมีพระบรมราชโองการแต่งตั้ง ว่าให้ไปนั่งตรงนั้นต้องไป ไม่พอออกไม่พอใจก็เงียบ ๆ ไว้ก่อน อย่าเอาอารมณ์อย่าเอาความร้อนมาใช้ เป็นคนที่หนักแน่นมีเหตุมีผล นึกถึงชาติ

บ้านเมืองเรื่องมันก็ไม่ยุ่ง แต่ว่าลืมไปหมดนึกถึงตัวอย่างเดียว พอนึกถึงตัวก็ลืมชาติลืมประเทศ ลืมงานลืมการอะไรหมด แล้วก็อ้างว่าศักดิ์ศรีบ้างเรื่องอย่างนั้นมันต้องอย่างนี้ ไม่เคยมีในประวัติศาสตร์ที่เขาจะทำกันอย่างนี้ ความจริงมันมีมาตั้งแต่บรมโบราณแล้วอย่างนี้มันเป็นเรื่องธรรมดา แต่ว่าเราคิดไม่ถึงไม่ได้คิดไปในแง่นั้น นึกแต่อย่างเดียวว่าเขาทำฉันได้ คล้ายกับเพลงที่เขาร้องว่า "เขาทำฉันได้..." นึกไปในรูปอย่างนั้น พอนึกอย่างนั้นแล้วก็น้อยอกน้อยใจว่าแหมเราเขาย้ายไปอยู่ในที่เช่นนั้น เรามันเคยใหญ่เอาไปไว้ตรงนั้น มันเป็นที่สองไม่เป็นที่หนึ่ง

คนเรามันต้องรู้จักว่า ถึงเวลาใหญ่บ้างเล็กบ้าง เพราะงานราชการนั้นเป็นงานที่เขามอบให้เราทำ ไม่ใช่งานที่เราเลือกทำได้ตามชอบใจ งานส่วนตัวที่ทำได้ตามชอบใจ ฉันจะนั่งเก้าอี้เอาไปวางมุมนี้ก็ได้ นั่งนาน ๆ ย้ายมาบนนี้ก็ได้ นาน ๆ ย้ายไปมุมโน้นก็ได้ เตียงนอนก็เหมือนกัน นอนหันหน้าไปทางทิศเหนือ นาน ๆ ย้ายไปทางทิศใต้เสียบ้าง ดูซิมันจะเป็นอย่างไร นาน ๆ ก็พลิกไปทิศตะวันออกเสียมั่ง ทิศตะวันตกไม่ใคร่มีใครชอบพลิก พลิกไปกลัวจะตาย ถือโชคถือลางพวกนั้น แต่อาตมาเคยนอนหันหัวไปทิศตะวันตกตั้งปีกว่าก็เรียบร้อย เวลาปาฐกถาก็ยังพูดได้ดีอยู่ ไม่เห็นอะไรเสียหาย เราเที่ยวถือกันไม่เข้าเรื่อง เพราะนี่งานของเรามันหมุนได้ ยกตำแหน่งนั้นตำแหน่งนี้ให้ตัวเองได้ แต่ว่าของที่เขาให้ต้องยินดีรับตามที่เขาให้ เช่นว่าพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงพระกรุณาโปรดเกล้า ฯ จริงอยู่ในหลวงไม่ได้ทรงโปรดเอง เขาเสนอขึ้นไปตามระบอบของราชการ แต่ถ้าเรามีความเคารพในพระองค์ท่าน เมื่อทรงพระกรุณาโปรดเกล้า ฯ มาเช่นนั้นแล้ว อย่าวู่วาม อย่าไปให้สัมภาษณ์หนังสือพิมพ์ว่า ไม่ได้อย่างนี้ ไม่ได้มันเสียศักดิ์ศรี ฉันต้องลาออกแน่ ๆ อย่างนี้ใครจะยับยั้งก็ไม่เอามันเสียศักดิ์ศรี พูดมากไป สมมติว่าจะกลับตัวทีหลังก็กลับยาก เพราะพูดถลำไปเยอะแยะแล้วอย่างนี้มันก็ลำบากคนเราไม่สำรวมปากมันก็เดือดร้อนในภายหลัง เพราะฉะนั้นจะพูดอะไรต้องคิดต้องตรอง ยิ่งเป็นผู้หลักผู้ใหญ่เป็นนายทหารชั้นผู้ใหญ่นายพลอะไรต้องคิดมาก ต้องหนักแน่น แม่ทัพต้องหนักแน่น ไม่พูดอะไรให้มันวุ่นวาย ยับยั้งชั่งใจบังคับตัวเองไว้ได้ บังคับคนตั้งกองพลไม่ใช่น้อย แล้วบังคับตนเองไม่ได้แล้วจะเป็นแม่ทัพที่ดีได้อย่างไร มันก็น่าคิดในแง่นี้ อาตมานั่งฟังข่าวแล้วก็คิดว่า นี่มันอะไร ทำไมมันเป็นอย่างนี้ นึกในใจอย่างนั้น ค้นไปค้นมาก็พบว่าอัตตาตัวตนนั่นเอง คือความเห็นแก่ตัว ไม่เปลี่ยนตำแหน่งไม่ชอบเปลี่ยนที่ ต้องลาออกอะไรอย่างนี้เป็นตัวอย่าง อันนี้มันก็ไม่ดีเหมือนกัน เราควรจะนึกแต่เพียงอย่างเดียวว่า เราทำงานเพื่อใคร เราทำงานเพื่อตัวเราหรือทำงานเพื่อใคร

ถ้าทำงานเพื่อตัวเรียกว่าจิตใจไม่ค่อยจะดี เราจะต้องคิดว่าเราทำงานเพื่อชาติเพื่อประเทศของเรา ถ้าจะเกี่ยวกับบุคคลก็ว่าเราทำงานเพื่อพระมหากษัตริย์ เพื่อในหลวงสมัยก่อนนี้เรียกว่าทำงานเพื่อพระมหากษัตริย์ ข้าราชการคือคนทำงานของพระราชา ทีนี้พระราชาท่านบอกว่าเธอมานั่งตรงนี้นะ ต้องยินดีไปนั่ง เธอมานั่งตรงนี้ ต้องยินดีไปนั่ง การขัดขืนนั้นเป็นเรื่องไม่ชอบไม่ควร ต้องทำตามหน้าที่ เคยพบคนคนหนึ่งแกดีเหมือนกัน คือว่าครั้งหนึ่งเคยเป็นเจ้าเมือง ต่อมาก็ไปเป็นรองผู้ว่าการภาค แล้วต่อมาเขาย้ายไปเป็นรองผู้ว่าการภาคนั้นเคยเป็นเจ้าเมืองเหมือนกับตัวท่านแล้วก็เป็นเจ้าเมืองหลังท่านด้วยซ้ำไป เขาย้ายไปอย่างนั้น ถ้าเป็นคนมีความเห็นแก่ตัว มีอัตตาตัวตนแรงก็คงไปทำงานไม่ได้ เพราะนึกว่าไอ้นี่มันขึ้นมาที่หลังกู เวลานี้กูมานั่งใต้เขา เป็นสอง เขากลายเป็นที่หนึ่งไป ท่านผู้นั้นไม่ได้คิดอย่างนั้น คุ้นกับอาตมา เวลาอาตมาไปเยี่ยมก็บอกว่า เรื่องการงานหน้าที่เราเลือกเอาเองไม่ได้ มันเป็นเรื่องของราชการบ้านเมือง เขาสั่งให้ไปทำตรงไหนเราก็ยินดีไปทำ ผมเมื่อก่อนมันทำหน้าที่หนึ่ง มันใหญ่เวลานี้เขาให้มานั่งในหน้าที่ที่ถ้าคนอื่นก็รู้สึกว่าต่ำ เขาคิดไปอย่างนั้น แต่ผมไม่ได้คิดอย่างนั้น ผมคิดอย่างเดียวว่าทำงานรับใช้ประเทศชาติ คนเราเมื่อมีจิตคิดถึงชาติบ้านเมืองแล้วมันก็ทำได้สบาย เขาให้ทำตรงไหนก็ได้ เวลานี้มานั่งอยู่ตรงนี้ก็ได้คนที่เขาเป็นใหญ่เวลานี้ก็เป็นน้อยกว่าผม แต่ผมไม่ได้คิดอย่างนั้น เพราะว่าคนเรามันต้องเดินหน้าบ้างเดินหลังบ้างเหมือนกับเราเดินทาง บางทีเราเดินหน้า แต่บางทีเราว่าเอ้าคุณเดินไปหน้าก่อนเรามาเดินข้างหลัง ไม่ใช่ว่าจะเดินหน้าตลอดไปบางทีก็มาเดินข้างหลัง บางทีก็เดินเคียงบ่าเคียงไหล่พอจะคุยกันได้บ้าง มันเป็นอย่างนี้ ชีวิตเรามันเป็นอย่างนี้

ในการงานนี้ก็เหมือนกัน เราควรคิดว่า เรามีหน้าที่ปฏิบัติงาน เมื่อเขามอบงานอันใดให้เราทำเราทำตามหน้าที่ทำให้ดีที่สุด เขาให้นั่งตำแหน่งไหนทำให้ดีที่สุด แล้วงานนั้นมันเลื่อนเราเอง เราอย่าไปตกอกตกใจว่าเขาไปนั่งตรงนี้ไม่เหมาะ แต่นึกว่าเขาให้เราทำงานเราก็ไปทำงาน แล้วก็จะทำงานนั้นให้ดีให้เรียบร้อย ไม่มีอารมณ์ขุ่นมัวไม่มีความเศร้าหมองในจิตใจ ไม่มีความน้อยเนื้อต่ำใจ ความน้อยเนื้อต่ำใจ ความน้อยเนื้อต่ำใจอะไรเหล่านี้มันเป็นกิเลสทั้งนั้น ถ้าพูดกันในแง่ธรรมะแล้วมันเป็นกิเลสทั้งนั้น พวกกิเลสประเภทต่าง ๆ มันไม่ดีไม่ควรเอาไว้ ควรเอาออกแล้วเราก็ทำงานไป รับใช้ประเทศชาติบ้านเมือง ในหน้าที่ใดก็ได้ ในหน้าที่หัวหน้าก็ได้ผู้ช่วยก็ได้ หรือว่าหน้าที่อื่นก็ได้ ขออย่างเดียวว่าขอให้ฉันได้รับใช้ชาติ รับใช้บ้านเมืองก็พอแล้ว นึกอย่างนี้แล้วก็สบายใจไม่มีใหญ่ไม่มีน้อยเรื่องงาน มันมี

หน้าที่อันเราจะต้องปฏิบัติ ถ้าเราใช้หลักธรรมะอย่างนี้เป็นเครื่องพิจารณาสบายใจไม่วุ่นวายไม่เดือดร้อนไม่สร้างปัญหา ทีนี้เมื่อไปสร้างปัญหาขึ้นก็ทำให้คนภายนอกมองเห็นว่าแตกแยกกัน จะวุ่นวายอย่างนั้นอย่างนี้วิตกกังวลกันไปต่าง ๆ นานา อันนี้ก็เพราะความคิดเห็นเข้าข้างตัว ไม่ได้คิดเห็นแก่ส่วนรวมนั่นเอง เรื่องนี้น่าคิดนักธรรมะต้องมองเห็นอย่างนี้บ้าง แล้วคิดไปในแง่ธรรมะก็สบายใจ

ญาติโยมฟังแล้วเอาไปคุยกับใคร ๆ มั่ง เวลาพบปะเพื่อนฝูงมิตรสหายที่เขาทำงานทำการกันอยู่ ถ้าใครเขาพูดอะไรออกมาในเชิงน้อยอกน้อยใจ ในแง่อะไรก็ตาม เราก็ควรจะบอกว่าอย่าไปคิดอย่างนั้น อย่าไปคิดน้อยอกน้อยใจ คนเราเกิดมาเพื่อหน้าที่ หน้าที่มันมีหลายแบบหลายอย่าง แล้วคนเราจะแสดงเป็นตัวเอกตลอดไปไม่ได้ บางคราวก็แสดงเป็นตัวรองได้บ้าง ในสมัยในหลวงรัชกาลที่หก ท่านเป็นมงกุฎราชกุมารหรือว่าเป็นพระเจ้าแผ่นดินแล้วก็มี เวลาแสดงละครเรื่องต่าง ๆ ในหลวงเองท่านไม่แสดงเป็นพระเอก ท่านแสดงเป็นคนใช้ทุกทีละครพูดอะไร ละครท่านเขียนเอง เขียนเองแล้วท่านร่วมแสดงด้วย แต่ว่าท่านมักแสดงเป็นตัวคนใช้ ไม่แสดงเป็นตัวเป็นพระเอก มหาดเล็กเป็นพระเอก พระยาราม พระยานิรุธเทวาเป็นพระเอก ในหลวงท่านเป็นคนใช้ บางทีพระเอกต้องตีหัวคนใช้ ต้องตีในหลวงท่านไม่ถือ ท่านแสดงอย่างนั้นเพื่ออะไร ไม่ใช่เรื่องตลก ไม่ใช่เรื่องเล่นแต่ว่าเป็นการสอนธรรมะให้คนมันรู้ เพราะในหลวงท่านมีความคิดในแบบประชาธิปไตย แต่ว่าคนไทยเรายังไม่คุ้นเคยต่อระบบนั้น จะไปเปลี่ยนการปกครองแบบผลีผลามให้เขาเป็นประชาธิปไตยมันจะวุ่นวายกันทั้งบ้านทั้งเมือง เพราะฉะนั้นลองมาฝึกหัดเป็นกันก่อนซิ ลองเป็นกันหน่อยเป็นในเรื่องการแสดงละครมั่งแสดงเมืองให้ดูทำเมืองดุสิตธานี ให้เขาดูหน่อย มีนายกเทศมนตรีมีอะไรต่ออะไรมีการประชุมสภากันเวลาไป ประชุมก็สมาชิก ไปนั่งเป็นเบื้อ ไม่มีการ อภิปราย อะไรเลย ท่านมองแล้วเห็นว่ามันไปไม่รอด ขืนให้ไปมันจะเดือดร้อน อย่างนี้เป็นตัวอย่าง คือท่านทำให้ดูแสดงให้ดู เป็นคนใช้ก็ได้เพื่อแสดงให้ดูว่าคนเรานั้นถึงเวลาใหญ่ก็ใหญ่ได้เวลาเล็กก็เล็กได้ ไม่ใช่ว่าจะใหญ่อยู่เสมอไป อย่าคิดถึงตัวในเรื่องอะไร ๆ คิดถึงว่าหน้าที่การงานที่เราจะต้องปฏิบัติอันเป็นประโยชน์แก่ชาติบ้านเมืองของเราเขาย้ายไปอยู่ที่ ไหนก็ไปได้

เหมือนกับว่าผู้ว่าราชการคนหนึ่ง ก็เคยเป็นเด็กวัดอยู่มาก่อน เขาพูดดี เขาเรียกอาตมาว่าหลวงพี่ บอกว่าหลวงพี่ครับผมไม่ได้ทุกข์ร้อนอะไร เขาย้ายไปอยู่เมืองเล็กเมืองใหญ่ผมพอใจทั้งนั้น เพราะผมไม่ได้ไปคิดหากินในการไปเป็นผู้ว่าราชการจังหวัด ผมไปทำงานในหน้าที่ของผู้ว่า ไม่ได้คิดไปหากินอะไร ที่เขาไปเที่ยววิ่งเต้นเข้าหาท่านรองท่านปลัดท่านรัฐมนตรี ขอให้ย้ายไปเมืองนั้นเมืองนี้มันคิดจะไปหากินกันทั้งนั้นแหละว่าอย่างนั้น อาตมาฟังแล้วคิดว่าอ้ายนี่มันไม่เสียทีกินข้าวก้นบาตรมาหลายปี พูดจาเข้าทีหน่อย ทำงานใช้ได้ไปอยู่ที่ไหนก็เรียกว่าทำงานพอใช้ได้ เป็นที่พอใจของประชาชนไม่เดือดเนื้อร้อนใจ เขาคิดถูกคือคิดว่าเขาให้เราไปทำงาน เช่นเราเป็นครูเป็นอาจารย์ สมมติว่าเราเคยอยู่กรุงเทพฯ แล้วเอาย้ายไปหัวเมือง บางทีอาจจะไปเมืองเล็กๆ เช่นสมมติว่าไปจังหวัดเล็กๆ จังหวัดใดจังหวัดหนึ่ง ไปสุโขทัยทางภาคเหนือหรือไปพัทลุงภาคใต้ เราอาจจะเกิดน้อยเนื้อต่ำใจว่าแหมย้ายแกล้งกัน ลดตำแหน่งฉันเคยอยู่เมืองใหญ่แล้วให้ไปอยู่เมืองเล็ก น้อยอกน้อยใจลาออกเสียเลยไม่ทำงานต่อไป อย่างนี้มันชอบมันควรหรือไม่ เราควรจะคิดว่าอย่างนี้ คิดว่าฉันนี้เกิดมาเป็นครูเป็นอาจารย์ เขาย้ายไปที่เมืองนั้นมีลูกศิษย์ให้ฉันสอนหรือเปล่า เมืองนั้นมีศิษย์ให้ฉันสอนหรือเปล่า มีศิษย์เยอะแยะที่จะสอนให้ แล้วคนในบ้านนอกชนบทขาดครูขาดอาจารย์เขาย้ายเราไปเป็นครูที่นั่นนับว่าดีแท้ เพราะจะได้ไปทำประโยชน์ในที่นั่นได้ดีกว่าอยู่ในกรุงเทพฯ นึกอย่างนี้แล้วมันสบายใจ ไม่มีอาการจับไข้ ไม่ต้องไปพูดว่าแหมเคราะห์ร้ายเหลือเกิน อธิบดีสั่งย้าย กระทรวงสั่งย้ายให้ไปอยู่ต่างจังหวัดเสียแล้วเราได้พูดเช่นนั้น แต่เราจะพูดว่าแหมหมู่นี้โชคดีมากทีเขาย้ายให้ไปอยู่ต่างจังหวัด เพราอยู่ในกรุงมานานแล้ว ในกรุงจราจรก็คับคั่งไม่ไหว การเป็นอยู่ก็ลำบากหัวบ้านหัวเมืองสบายดี อากาศปลอดโปร่ง การใช้จ่ายมันก็ไม่แพง แล้วเด็กๆ ที่ต้องการศึกษามันมีอยู่เยอะเราก็ไปด้วยอารมณ์สดชื่น ไม่มีความทุกข์ความเดือดร้อน เพราะไม่พูดถึงตัวแต่พูดถึงงาน พอคิดถึงงานแล้วใจก็สบาย ว่าเราจะได้ไปทำงานแล้ว

เราเป็นหมอก็เหมือนกัน สมมติว่าเป็นหมออยู่กรุงเทพฯ ตอนเย็นก็ไปเปิดคลีนิคสบาย ทีนี้เขาบอกว่าย้ายไปอยู่หัวเมืองให้ไปจังหวัดพังงาอะไรอย่างนี้ หรือว่าไปอยู่อำเภอตะกั่วป่าได้ยินว่าแหมเป็นอำเภอเล็ก ความจริงมันไม่เล็กหรอกอำเภอตะกั่วป่า เงินทองมันเยอะแยะที่นั่น คนขุดแร่ได้เงินได้ทองมากๆ แต่เราไม่เคยไปนึกว่าอำเภอเล็ก อย่าไปคิดว่าอำเภอคนมากคนน้อย อย่าไปคิดว่าเจริญหรือไม่เจริญ คิดอย่างเดียวว่าเราเป็นหมอมีหน้าที่

อะไร มีหน้าที่รักษาคนป่วย แล้วที่เขาย้ายให้เราไปอยู่มีคนป่วยให้เรารักษาหรือเปล่า อาจจะมีมากเสียด้วยซ้ำไปหมอไม่ค่อยมี เราควรจะดีใจว่าจะได้ไปอยู่รักษาคนป่วย ที่อำเภอตะกั่วป่า เพราะอำเภอนั้นมีหมอน้อย เราไปอยู่ก็ดีได้ช่วยคนเจ็บไข้ได้ป่วยต่อไป นึกอย่างนี้มันก็สบายใจไม่ลำบากไม่เดือดร้อน เป็นข้าราชการปกครอง สมมติว่าเขาบอกว่าย้ายไปอยู่อำเภอนครไทย ชื่อมันหรูหราอำเภอนี้พอรู้ว่าอำเภอนี้อยู่ที่ไหน อยู่จังหวัดพิษณุโลกอยู่ในป่าโน้น เราตกใจแหมไปอยู่ในป่า อย่าไปคิดอย่างนั้น แต่คิดว่าการที่เขาย้ายไปอยู่ที่อำเภอนครไทยนั้น เพราะอำเภอนั้นมันยังไม่เจริญ ผู้หลักผู้ใหญ่เขาคงมองเห็นแล้วว่าเรานี่แหละเป็นคนสามารถ ที่จะไปสร้างความเจริญให้แก่อำเภอนครไทยได้ เขาจึงย้ายเราให้ไปอยู่ที่นั้นไม่มีเรื่องจะบ่นว่ามีโชคร้าย แต่ควรจะพูดกับเพื่อนว่าแหมโชคดีเหลือเกินที่มีโอกาสได้ไปแสดงความสามารถในคราวนี้ อยู่ในที่ชานกรุงไม่รู้จะแสดงอะไร ผู้ชำนาญการการมันเยอะแยะทีนี้แหละฉันจะอวดฝีมือฉันจะไปอยู่อำเภอนั้น ๆ ไปทำดี ๆ ไม่กี่ปีเขาก็ย้ายกลับมา เพราะว่าเป็นคนดี เขาก็ย้ายไปอำเภออื่นต่อไป มันอยู่ที่ตัวเราเองมันอยู่ที่งานที่เราจะทำ ไม่ได้อยู่ที่สถานที่ไม่ได้อยู่ที่อะไรทั้งนั้น เรื่องเกี่ยวกับราชการนี้เราจะไปอยู่ไหนก็ได้ ไม่ใช่เรื่องค้าขาย เรื่องค้าขายนี้มันเกี่ยวกับทำเลการค้า ความนิยมของประชาชนมันเป็นอีกเรื่องหนึ่งแต่ถ้าเราเป็นข้าราชการแล้วอยู่ไหนก็อยู่ได้ ไม่ต้องกลัวไม่ต้องทุกข์ร้อนอะไรทั้งนั้น อันนี้แหละเป็นเรื่องสำคัญที่ทำให้ไม่เกิดปัญหาในเรื่องอะไรต่าง ๆ ขึ้นมา เพราะเราไม่ได้นึกถึงตัวนึกถึงงาน อันเป็นประโยชน์ส่วนรวมแก่ประเทศชาติ

อย่างทหารก็เหมือนกันบางทีเขาส่งไปหัวบ้านหัวเมืองควรจะดีใจ ออกจากโรงเรียนนายร้อยใหม่ ๆ เขาส่งไปหัวเมืองดีแล้ว เพราะจะได้ไปรู้จักภูมิประเทศรู้จักบุคคล รู้จักเหตุการณ์ได้รู้ได้เห็นอะไรหลายอย่าง เราอยู่กรุงเทพฯตั้งแต่เกิดมาจนเรียนจบ บรรจุงานอยู่กรุงเทพฯอีกแล้วมันจะมีอะไรใหม่ จะมีอะไรเป็นความรู้เกี่ยวกับประเทศชาติบ้านเมืองดีขึ้นนอกจากอ่านหนังสือ แต่ถ้าเขาส่งไปหัวบ้านหัวเมืองได้ไปรู้ว่าสิ่งนั้นเป็นอย่างไร ประชาชนมีสภาพเป็นอย่างไรการกินการอยู่เป็นอย่างไร จะได้รู้ได้เข้าใจ ต่อไปเมื่อทำงานเจริญขึ้นใหญ่โตขึ้นเขาย้ายไปอยู่หัวเมืองหลายหัวเมืองหลับตามองเห็น เห็นภาคใต้เป็นอย่างนั้น ภาคตะวันออกเฉียงเหนือเป็นอย่างนั้น ภาคเหนือเป็นอย่างนั้น สั่งงานสั่งการมันก็ง่าย มันไม่ใช่เรื่องน่าตกใจน่าทุกข์ร้อน แต่เป็นเรื่องที่ควรจะดีใจ การมองอะไรมองในแง่ดีไว้ก่อนอย่าไปมองในแง่เสีย อย่าไปมองว่าคนนั้นไม่ชอบเราคนนี้ไม่ชอบเรา มองแบบนั้นมันจะ

เป็นทีสุขใจอย่างไรเช่นเราไปเห็นใครแล้วนึกว่าคนนั้นท่ามันจะไม่ชอบข้า เราจิตใจเป็นอย่าง ไม่สบาย ไม่สบายใจ แต่ถ้าเรานึกว่า อ้อคนนั้นเขาเป็นมิตรเรา เป็นเพื่อนของเราเขามีปรารถนาดีต่อเรา ใจเราก็สบาย ไม่ระแวงภัยอันตรายเกิดขึ้น

ในเรื่องอะไร ๆ มันก็อย่างนี้ หน้าที่การงานทั้งหลายอย่าไปนึกว่า เขาถือพรรคถือพวกถืออย่างนั้นอย่างนี้ ยิ่งนึกอย่างนั้นยิ่งยุ่งใจ คนเราจะคิดอะไรจะนึกอะไรอย่านึกให้มันยุ่งใจ ให้นอนไม่หลับ ความคิดอย่างนั้นไม่ควรให้เกิด แต่ควรจะคิดแล้วสบายใจเย็นใจ มีใจสงบ มีความก้าวหน้าในหน้าที่ในการงานต่อไป นั่นแหละเป็นความคิดที่ถูกที่ชอบ ซึ่งควรจะสร้างให้เกิดขึ้นในชีวิตของเรา ยิ่งญาติโยมผู้เฒ่าผู้แก่ด้วยแล้วยิ่งสำคัญในเรื่องความคิด คิดให้สบายใจอย่ามองอะไรในแง่ร้าย มองในแง่ร้ายก็ไม่ได้ มองในแง่ดีนักก็ไม่ได้ แต่มองว่าความจริงของสิ่งนั้นคืออะไร ความจริงคืออะไรพระพุทธเจ้าท่านสอนความจริงไว้อย่างไร เราก็เอาหลักความจริงนั้นมาเพ่งพิจารณา จิตใจก็สบายไม่วุ่นวายไม่เดือดร้อน นี่เป็นเรื่องที่น่าคิดประการหนึ่ง การที่นำเรื่องอย่างนี้มาพูดก็เพราะว่ามันมีเหตุการณ์รอบๆ ตัวเราเกิดขึ้นแล้วก็มองแล้วก็คิดแล้วก็ ไปเจอปัญหาว่า ความเห็นแก่ตัวนี้เองเป็นเรื่อง ของความชั่วร้ายทั้งหลายทั้งปวง เพราะฉะนั้นพระผู้มีพระภาคเจ้าท่านจึงได้สอนหลักอนัตตา อันเป็นหลักสูงสุดในพระพุทธศาสนา ก่อนพระพุทธเจ้าเกิดขึ้นเขาไม่สอนกันหรอกหลักอนัตตา เขาสอนเรื่องความไม่เที่ยงความเป็นทุกข์ มีสอนกันทั่ว ๆ ไป ในคัมภีย์ของพวกฮินดูในพระเวทนาเขาสอนสองเรื่องนี้เท่านั้น คือเรื่องความไม่เที่ยงความเป็นทุกข์ แต่ไม่สอนเรื่องอนัตตา ทำไมจึงไม่สอนเรื่องอนัตตา เพราะไม่มีหลักการที่จะคิดในเรื่องอย่างนั้น เขาไปเชื่อเรื่องอัตตาเรื่องตัวตนเสียหมด เพราะเขาถือว่ามีตัวตน มีตนใหญ่คือปรมาตมัน ผู้สร้างโลกเขาเรียกว่า ตนใหญ่ บรมอัตตา แล้วตัวย่อย ๆ ก็คือมนุษย์สัตว์เดรัจฉานทั้งหลาย แบ่งภาคมาจากตัวใหญ่ แล้วก็ท่องเที่ยวไปเรื่อยไปจนกว่าจะบริสุทธิ์ พอบริสุทธิ์แล้วก็ไปรวมอยู่กับตัวใหญ่อยู่เป็นตัวอย่างนั้น นั่นเป็นคำสอนในศาสนาพราหมณ์เขา

แต่พระพุทธเจ้าของเราเกิดขึ้นมา พระองค์ก็ไปศึกษาไปคิดไปค้น ก็มองเห็นว่าความเห็นว่ามีตัวมีตนนี่แหละเป็นภัยอันตรายของมนุษย์ เป็นสิ่งที่จะให้ก่อกิเลสประเภทอื่นๆ ขึ้นในชีวิตจิตใจ เพราะมีตัวตน เพราะฉะนั้นต้องทำลายความยึดมั่นถือมั่นในตัวตนนี้เสีย จะทำลายด้วยวิธีใด ก็สอนเรื่องหลักอนัตตา เมื่อสอนเรื่องหลักอนัตตาพระองค์ก็เอามาแยกออกไป แยกชีวิตออกเป็นสองเช่นเป็นนามเป็นรูป รูปก็คือร่างกายทั้งหมด ตั้งแต่ปลาย

ผมถึงปลายเท้า ยาววาหนาคืบกว้างศอก ประกอบขึ้นด้วยธาตุสี่ ดิน น้ำ ไฟ ลม ประสมกันเข้ามีมารดาเป็นแดนเกิด โตขึ้นด้วยอาหาร อันนี้เรียกว่าเป็นเรื่องของรูป นอกจากรูปแล้วก็มีเรื่องของนาม นามก็คือเรื่องของจิตใจ เรื่องจิตก็ได้ ใจก็ได้ นโมก็ได้ วิญญาณก็ได้มันมีความหมายตรงกันทั้งนั้น มีหน้าที่สำหรับนึกคิดจดจำในเ◌ื่องอะไร ๆ ต่าง ๆ รูปกับนามนี้ต้องอาศัยกัน อยู่ด้วยกันตลอดเวลา ถ้าอยู่ด้วยกันก็เรียกว่ามีชีวิต ถ้าหากว่าแยกออกจากกันก็ ไม่มีชีวิต การมีชีวิตที่สมบูรณ์นั้น ก็ต้องมีธรรมะเข้าประกบอีกทีหนึ่ง คือว่าหลักศีลธรรมอันเป็นเครื่องปฏิบัติเพื่อให้คนอยู่กันด้วยความสุขความสงบ แต่ว่าถ้าจะให้พ้นทุกข์มันต้องปฏิบัติในสิ่งที่เป็นสัจจธรรม เป็นคำสอนที่สูงขึ้นไป เป็นตัวแท้ของศาสนา เป็นคำสอนที่สูงขึ้นไป เป็นตัวแท้ของศาสนา เป็นคำสอนเป็นข้อปฏิบัติที่จะทำเราผู้ปฏิบัติที่จะทำเราผู้ปฏิบัติตามให้หลุดพ้นไปจากความทุกข์ความเดือดร้อนได้อย่างแท้จริงพระองค์จึงแยกออกเป็นรูปเป็นนาม ทีนี้ในเรื่องรูปนั้นมันมีเพียงอย่างเดียว แต่ในนามนั้นมันแยกออกไปอีกให้เห็นว่ามันมีอาการอย่างไร มีอาการเป็นสี่ คือ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ

เรื่องเวทนาก็คือเรื่องความรู้สึก ที่เป็นสุขที่เป็นทุกข์และไม่สุขไม่ทุกข์ มันมีสามแบบ ความรู้สึกที่เป็นสุขเรียกว่า ''สุขเวทนา'' ความรู้สึกที่เป็นทุกข์ก็เรียกว่า "ทุกขเวทนา" ความรู้สึกที่ไม่สุขไม่ทุกข์เรียกว่า "อทุกขมสุขเวทนา" คือเวทนาที่ไม่เป็นสุขเป็นทุกข์ตัวเวทนาที่เป็นสุขนั้นทำให้เกิดความเพลิดเพลิน เวทนาที่ทำให้เป็นทุกข์นั้นทำให้หดหู่เหี่ยวแห้งใจ แล้วก็เวทนาที่ไม่ใช่สุขไม่ใช่ทุกข์นั้น ก็ทำให้สงสัยคลางแคลงใจ ไม่เข้าใจว่าอะไรเป็นอย่างไรถูกต้องแท้จริงตามสภาพที่เป็นจริง ยังอยู่ในประเภทยุ่งอยู่ทั้งนั้น เรียกว่าตัวเวทนา ตัวสัญญา ก็หมายถึงความจดจำในเรื่องอะไรต่าง ๆ ได้ สังขารก็คือสิ่งที่ปรุงแต่งความคิดของเรา ให้เป็นไปในรูปต่าง ๆ เช่นว่าให้มีความเกลียดให้มีความรัก ให้มีความโกรธให้มีความริษยา มีอย่างนั้นอย่างนี้ เขาเรียกว่าสังขาร หมายถึงสิ่งที่เกิดขึ้นกับจิต ปรุงแต่งจิตให้เปลี่ยนร่างไปต่าง ๆ นา ๆ แล้วก็มีวิญญาณตัวสุดท้าย หมายถึงความรู้สึกทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เพราะมีสิ่งภายนอกมากระทบ เช่นรูปมากระทบตา เสียงกระทบหู กลิ่นกระทบจมูก รสมากระทบลิ้น สิ่งสัมผัสมากระทบกายประสาท แล้วก็เกิดความรู้สึกขึ้นว่าได้รู้สึกขึ้น เช่น ตารู้ว่าเห็นรูป หูรู้ว่าได้ยินเสียง อย่างนี้เป็นวิญญาณแยกออกไปเป็นห้าอย่างแล้วเมื่อแยกออกไปเป็นห้าอย่าง แล้วพระองค์บอกว่า รูปัง อนัตตา รูปไม่ใช่ตัวตนเวทนาก็ไม่ใช่ตัวตน สัญญาอนัตตา สัญญาก็ไม่ใช่ตัวตน สังขารา อนัตตา สังขารก็ไม่ใช่ตัว

ไม่ใช่ตน วิญญาณัง อนัตตา วิญญาณก็ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน มันเป็นแต่เพียงการรวมตัวกันเข้า ไหลไปตามอำนาจของการปรุงแต่ง เราจะไปจับเอาตอนใดตอนหนึ่งว่าเป็นตัวเรา เป็นของเราไม่ได้

เพราะฉะนั้นท่านจึงแนะให้พิจารณาว่า "เนตัง มะมะ" นั่นไม่ใช่ของเรา "เนโส หะมัสมิ" นั่นไม่ใช่ของเรา "นะเมโส อัตตา" นั่นไม่ใช่ตัวของเรา อันนี้เป็นหลักที่จะให้พิจารณาเรื่องที่ว่า ไม่มีอะไรที่เป็นตัวตนที่แท้จริง มันเป็นแต่เพียงสิ่งทั้งหลายรวมกันเข้าแล้วไหลไปเท่านั้น แต่ไม่ควรจะเห็นแก่ตัว เราเกิดมาเพื่อหน้าที่ ทำตามหน้าที่ เหมือนตัวละครเขาให้แสดงเป็นตัวพระเอกบ้าง เป็นพระรองบ้างเป็นตัวตลกบ้าง เป็นตัวประกอบบ้าง เราก็ต้องแสดงให้ดีตามหน้าที่ ไม่ใช่ว่าเคยแสดงเป็นพระเอกพอให้แสดงเป็นพระรองแล้ว ก็แสดงไม่เป็น หรือเป็นพระรองพอให้แสดงเป็นผู้ร้ายก็แสดงไม่เป็น อย่างนั้นก็ลำบากทางหากินมันสั้น ตัวละครที่เก่งนั้นหมายความว่าแสดงได้ทุกตัว เขาจะให้แสดงอะไรก็ได้ ในหน้าที่ใดก็ได้ทำได้ทั้งนั้น ทำได้ด้วยดี นั่นแหละจึงจะเรียกว่าเป็นคนดีของชาติของบ้านเมือง จึงเป็นเรื่องที่ควรคิดในแง่อย่างนั้น เด็ก ๆ น้อยเราก็สอนให้รู้จักคิดในหลักอนัตตาบ้าง อย่าให้เห็นแก่ตัวอย่าให้แก่งแย่งอะไรกัน เช่น แย่งขนมกันก็เพราะเห็นแก่ตัว เราต้องบอกว่าต้องแบ่งกันตามลำดับอาวุโส มีระเบียบทางศีลธรรมขึ้นมาเป็นเครื่องกำกับอย่างนี้มันก็สบายใจไม่มีอะไรยุ่งยากเดือดร้อน การจราจรที่วุ่นก็เพราะเรื่องเห็นแก่ตัว ต่างคนต่างให้แล้วก็สบาย ในทางธรรมะท่านจึงสอนว่า ให้เราอยู่ด้วยการให้ อย่าอยู่ด้วยการคิดจะเอาเรื่องเอานั้นให้ถือว่าเป็นผลเกิดขึ้นจากหน้าที่ เราทำหน้าที่แล้วผลมันเกิดขึ้น พอใจได้เท่าใดพอใจเท่านั้น มีหน้าที่ใดก็พอใจหน้าที่นั้น อย่างนี้ก็สบายใจ นักธรรมะต้องนึกถึงธรรมะลูกศิษย์ของพระพุทธเจ้าต้องใช้ธรรมของพระพุทธเจ้า ใน การบริหารตน บริหารงาน บริหารชาติบริหารบ้านเมือง จึงจะอยู่กันด้วยความสุขสมความปรารถนา ดังที่กล่าวมาเพื่อเป็นเครื่องเตือนจิตสะกิดใจแก่ญาติโยมทั้งหลายก็สมควรแก่เวลาขอยุติไว้แต่เพียงนี้.ฯ

ปาฐกถาธรรม

โดย

พระราชนันทมุนี

ณ โรงเรียนพุทธธรรม วัดชลประทานรังสฤษฎ์

ปากเกร็ด นนทบุรี

วันอาทิตย์ที่ ๒๖ กันยายน พ.ศ. ๒๕๑๘

ญาติโยมพุทธบริษัททั้งหลาย

ณ บัดนี้ถึงเวลาของการฟังธรรมะปาฐกถา อันเป็นหลักคำสอนในทางพระพุทธศาสนาแล้ว ขอให้ทุกท่านอยู่ในอาการสงบ ตั้งอกตั้งใจฟังด้วยดี เพื่อให้ได้ประโยชน์อันเกิดขึ้นจากการฟัง ตามสมควรแก่เวลา

วันอาทิตย์เป็นวันว่างจากการงาน เขาจัดวันหยุดงานไว้เจ็ดวันครั้งหนึ่ง ที่ให้หยุดงานนั้นเพื่อจะให้ได้มีการพักผ่อนทางกายทางใจ ดั้งเดิมนั้นเขาหยุดเพื่อพระศาศนาแท้ ๆ เพราะว่าในศาสนาต่าง ๆ นั้นมีวันสำหรับให้คนทำตนเข้าใกล้พระศาสนามากยิ่งขึ้นเป็นพิเศษ เจ็ดวันก็ให้เข้ามาศาสนามากขึ้นเป็นพิเศษเสียวันหนึ่ง จึงได้เรียกวันหยุดนั้นว่า เป็นวันพระหมายความว่าเป็นวันประเสริฐสำหรับชีวิต หรือว่าเป็นวันอุโบสถหมายความว่า เป็นวันที่ควรจะเข้าไปอยู่ในระเบียบในวินัย บังคับจิตใจของตนให้อยู่ในทางที่สงบ ตามสมควรแก่ฐานะวันอย่างนี้ก็มีทั่วกันทุกศาสนา ไม่ว่าจะชื่อศาสนาอะไรในประเทศอินเดียนั้นก่อนพระพุทธเจ้าของเรา

เกิดก็มีศาสนาที่สั่งสอนกันอยู่แล้ว คือศาสนาพราหมณ์ ศาสนาพราหมณ์ก็มีวันหยุดในวันพระ เพราะเขาถือวันตามแบบจันทรคติ คือการเดินของดวงจันทร์เป็นหลัก เมื่อถึงวันพระกลางเดือน ก็มีการหยุดพักผ่อน ไปประชุมกัน ณ ที่ใดที่หนึ่ง แล้วก็มีการพูดเรื่องเกี่ยวกับธรรมะ เกี่ยวกับการปฏิบัติ หรือว่าเล่านิทานยาว ๆ สู่กันฟัง เช่นเล่าเรื่องรามายณ (รามเกียรติ์) เรื่องมหาภารตะอะไรต่าง ๆ ให้คนฟังแล้วเกิดความสบายใจ เป็นการประพฤติดีประพฤติชอบอย่างหนึ่งในทางศาสนา

ครั้นต่อมาเมื่อพระพุทธเจ้าของเราเกิดขึ้น เห็นว่าหลักการนั้นดีอยู่ แต่ว่าก็ควรจะมีการเปลี่ยนแปลงอะไรบ้าง เพิ่มเติมอะไรบ้าง จึงได้ทรงเปลี่ยนแปลงด้วยการเพิ่มวันพระเป็นสี่วันในเดือนหนึ่ง คือวันขึ้นแปดค่ำกลางเดือน, แรมแปดค่ำวันดับ จัดเป็นวันพระสี่วันในรอบเดือนหนึ่งก็เจ็ดวันครั้งหนึ่ง ให้คนได้หยุดงานหยุดการพักผ่อน เพื่อจะได้ไปปฏิบัติกิจในทางพระศาสนา เมืองไทยเรานี้ได้รับพระพุทธศาสนามาเป็นหลักจิตใจ ก็ได้ถือวันพระเป็นวันสำคัญ สมัยก่อนนี้หรือในสมัยนี้ก็ยังมีอยู่ แต่ว่าไม่ทั่วถึง ชาวนาชาวไร่เขาหยุดงานกันในวันพระ ให้วัวควายได้พักผ่อน กินหญ้าตามสบาย ไม่ต้องใช้แรงงานในวันนั้น ส่วนคนพักผ่อนแล้วก็ชวนกันไปวัด ไปทำบุญตักบาตรตามประเพณี ฟังพระสวดมนต์สวดพรอะไรกันไปตามเรื่อง แล้วคนพวกหนึ่งก็หยุดอยู่ที่วัดเพื่อรักษาศีลอุโบสถ นอนอยู่ที่วัดตลอดวันหนึ่งกับคืนหนึ่ง อันนี้เป็นหลักปฏิบัติที่ทำกันอยู่ทั่ว ๆ ไป แต่ว่ามาในสมัยหลังนั้นการครองชีพบีบคั้นชีวิตมากขึ้น การหยุดพักผ่อนมีน้อย ความจริงนั้นควรจะได้หยุดพัก แต่ว่าอาชีพมันบีบ ก็เลยไม่มีเวลา การหยุดงานในวันพระก็จืดจางไป แต่เรามาเปลี่ยนเป็นหยุดงานในวันอาทิตย์ เพราะว่าเป็นหลักสากล ไม่ใช่ของศาสนาใดศาสนาหนึ่ง มันเป็นเรื่องมีมาก่อนนานแล้ว ก็เลยเปลี่ยนมาเพื่อให้สะดวกเข้ากับคนอื่นได้ ในการปฏิบัติหน้าที่การงาน การหยุดในวันพระเขาไม่ได้หยุดกัน เช่นว่าทำงานติดต่อกับชาวฝรั่ง ฝรั่งหยุดวันอาทิตย์ เราหยุดวันพระ มันก็ไม่สะดวก การติดต่อกันเป็นเหตุให้ขัดข้อง เราต้องคบค้าสมาคมกับชาวต่างประเทศ ก็ควรจะทำตนให้เข้ากันได้กับบุคคลนั้น ๆ

การทำตนให้เข้ากันได้กับชาวต่างประเทศหรือชุมนุมชนนั้น ไม่ขัดกับหลักธรรมในทางพระพุทธศาสนา เพราะในทางพระพุทธศาสนาเรามีธรรมะอยู่ข้อหนึ่ง ในสัปปุริสธรรมเจ็ดเรียกว่า ปุริสัญญุตา หมายความว่ารู้จักประชุมชน ว่าประชุมชนนั้นเขาอยู่กันอย่างไร เขาทำอะไร เมื่อเราจะอยู่ร่วมกับเขาก็ต้องทำตัวให้เข้ากันได้กับคนเหล่านั้น สมาคมโลกเขาหยุดงานกันในวันอาทิตย์เป็นส่วนใหญ่ แล้วชาวตะวันตกก็มามีอิทธิพลในทางตะวันออกอยู่มาก เราก็เลยต้องเปลี่ยนการหยุดงาน มาหยุดในวันอาทิตย์กับเขาด้วย เมื่อหยุดงานในวันอาทิตย์ใหม่ ๆ คนก็บ่นกันว่าหยุดในวันอาทิตย์ไม่มีโอกาสไปวัด ต่อมาวัดก็ได้เปลี่ยนบ้างเหมือนกัน คือเปลี่ยนแสดงธรรมในวันอาทิตย์ เพื่อให้คนที่หยุดงานได้มารับฟังกัน บางวัดก็เทศน์วันอาทิตย์ด้วย เช่นสมัยก่อนนี้ได้ข่าวว่าที่วัดเทพศิรินทร์สมัยสมเด็จพระพุทธโฆษาจารย์ท่านเป็นเจ้าอาวาส ท่านก็แสดงธรรมในวันอาทิตย์ แต่ว่าในสมัยต่อมาก็ได้หยุดไป ได้ทราบว่าที่วัดมกุฏกษัตริย์ยารามก็ได้เทศน์ในวันอาทิตย์ แต่ว่าแสดงอยู่สักปีหนึ่งก็เลยเลิกไป ได้ไปถามว่า ได้ข่าวว่าที่นี่เทศน์วันอาทิตย์ ทำไมจึงหยุดเสีย พระในวัดบอกว่า เทศน์ไป ๆ ก็ไม่มีคนฟัง ก็เลยหยุดไป เลยคนก็ไม่ได้มีโอกาสไป ความจริงก็ควรเปิดเทศน์ให้คนฟังสองคนสามคน ก็เทศน์เรื่อย ๆ ไปทำตลอดไปคนก็ค่อยมามากขึ้นเอง

ที่วัดนี้เราเมื่อเปิดวัดใหม่ ๆ ก็เปิดวันอาทิตย์ทันทีแล้วก็มีคนมาฟังกันเป็นประจำตั้งแต่เริ่มต้นมาจนกระทั่งบัดนี้ ยังไม่ได้ลดจำนวน ขาดไปบ้าง เพิ่มมาบ้าง ก็เรียกว่ายังมีคนฟังอยู่ ตราบใดที่มีคนฟังก็จะมีคนเทศน์เรื่อยไปไม่หยุด ต่อเมื่อไม่มีคนฟังจึงจะหยุดกัน แต่ถ้ามีคนฟังแม้สักคนสองคนก็ต้องเทศน์ตามหน้าที่เพื่อเป็นการปลุกระดมธรรมะ ให้คนได้เข้าถึงธรรมะมากยิ่งขึ้น ท่านทั้งหลายที่หมกมุ่นอยู่ในชีวิตของชาวบ้าน ย่อมรู้สึกเหน็ดเหนื่อยทั้งกายและใจ โดยเฉพาะในสมัยนี้ด้วยแล้ว คงจะเหน็ดเหนื่อยทางด้านจิตใจอยู่มากพอสมควร เพราะว่ามีปัญหามีเหตุการณ์อะไรเกิดขึ้น ทำให้เกิดความวิตกกังวลในจิตใจด้วยประการต่าง ๆ ก็ย่อมจะต้องการหาความสงบใจ สถานที่ที่ควรจะให้เกิดความสงบนั้น ไม่มีที่ใดดีไปกว่าวัดวาอาราม อันเป็นสถานที่ทางศาสนา เพราะฉะนั้นทางวัดเราควรจะจัดให้เป็นสถานที่สงบจริง ๆ อย่าให้สิ่งอะไรเข้ามารบกวนจิตใจของญาติโยม ไม่มีสิ่งสนุกสนานแบบชาวบ้าน ไม่

มีเสียงอึกกระทึกครึกโครม ให้มีเสียงอึกกระทึกครึกโครม ให้มีแต่เสียงของธรรมะออกไปในความเงียบ คนเราเมื่อได้ไปพบกับสถานที่ร่มรื่นเงียบ ๆ จิตใจเปลี่ยนไปทันทีให้สังเกตุดูสภาพจิตใจของเราเอง เมื่อขับรถอยู่ในถนนแถวเจริญกรุง ถนนเพชรบุรี หรือว่าถนนอะไรที่มันจอแจพลุกพล่าน พอเราขับมาจากที่พลุกพล่านเราจะรู้สึกอย่างไร เรารู้สึกว่ามันโล่งใจหายใจก็สะดวกอากาศค่อยสดชื่น ครั้นเมื่อเราเข้ามาในบริเวณวัด ที่มีความสะอาดตามธรรมชาติแล้วก็มีความเงียบไม่มีอะไรรบกวนประสาท เราก็รู้สึกว่าสบายใจ

ในขณะที่นั่งฟังปาฐกถาธรรมะไม่มีเสียงอะไรรบกวน เช่นเสียงดังของเครื่องยนต์กลไกเสียงอะไรต่าง ๆ ไม่มี มันมีแต่ความเงียบ เราได้ยินแต่เสียงธรรมะ ดังก้องเข้าหูของเรา เราก็รู้สึกว่าสงบใจสบายใจ ความสงบใจมันจำเป็นหรือไม่ ถ้าหากว่าจะถามญาติโยมแล้วก็คงจะตอบเป็นเสียงเดียวกันว่าก็จำเป็นอยู่เหมือนกัน เพราะว่าเราอยู่ในที่สนุกพลุกพล่านมานาน ก็ย่อมจะต้องการพักผ่อนบ้างเป็นธรรมดา เพราะฉะนั้นจึงควรจะมีสถานที่ให้มีการพักผ่อน เช่นวัดวาอารามเรา นับว่าเหมาะ ที่นี้วัดในกรุงเวลานี้อาจจะไม่เหมาะสำหรับพักผ่อนทางด้านจิตใจ เพราะว่าความเจริญแผนใหม่มันรุกเข้าไปทุกวันเวลา รุกเข้าไปสร้างบ้านบางทีก็สร้างเข้าไปในวัด สร้างติดกับกำแพงวัด กุฏิพระกับบ้านโยมมันอยู่ใกล้กันเหลือเกิน จนเกือบจะเหมือนกับว่ายื่นบาตรให้โยมใส่ได้แล้ว ไม่ต้องออกไปบิณฑ์ก็ได้ อย่างนี้มันก็วุ่นวายมากขึ้นทุกที เสียงอะไรมันก็มาก ความรบกวนมันก็มาก ญาติโยมเข้าไปก็รู้สึกว่าไม่สงบใจ มีโยมบ่นบ่อย ๆ ว่าเข้าไปวัดเดี๋ยวนี้ มันก็ไม่ค่อยจะสงบจิตใจ มีอะไรมากเช่นแม่ค้าอะไรเป็นตัวอย่าง รุกเข้าไปตั้งของขายเต็มบริเวณ เหมือนวัดมหาธาตุ ความจริงวัดมหาธาตุเผยแผ่ธรรมะหลายรูปหลายแบบ พอได้ฟังอยู่เหมือนกัน แต่ว่าแม่ค้าเข้าไปทำวัดให้เปรอะเปื้อนขายปลาเค็มขายโน่นขายนี่ ขายมันทุกอย่าง ราดน้ำเลอะเทอะไปหมด ไม่น่าดูไม่น่าชมบางคนบอกว่าไปแล้วมันอึดอัดคัดจมูก หายใจไม่ค่อยออก เพราะกลิ่นอะไรมันเข้าจมูกมากเกินไป อันนี้เป็นเรื่องที่ควรแก้ไข ที่นี้ถ้าเรามาพบวัดโปร่ง ๆ อย่างนี้ ญาติโยมก็คงจะพอใจเพราะฉะนั้นจึงได้มากันทุกทุกวันอาทิตย์ เมื่อมาพักผ่อนทางใจ จะได้มีจิตใจสงบเสียบ้างตาม

สมควร แล้วก็จะได้ความรู้ทางธรรมะ เพื่อเอาไปใช้เป็นพลังสำหรับต่อต้านกับอารมณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน จะได้มีความสุขบ้างตามสมควรแก่ฐานะ ญาติโยมจึงได้มากันอยู่ อาตมาก็ทำหน้าที่ชี้แจงแสดงข้อปฏิบัติให้ญาติโยมทั้งหลาย ได้เกิดความรู้ความเข้าใจตามหลักปฏิบัตินั้น ๆ

ทีนี้ในการปฏิบัติธรรมะของพระผู้มีพระภาคเจ้า เราควรจะได้ปฏิบัติอย่างไร เราก็ต้องรู้กันเสียก่อนเป็นเบื้องต้นว่าฐานสำคัญของพระพุทธศาสนานั้นอยู่ที่ตรงไหน พระพุทธศาสนาสอนให้เราบรรลุจุดหมายอะไร จุดหมายสำคัญของพระพุทธศาสนานั้น อยู่ที่ดับทุกข์ดับร้อนได้ อันนี้เป็นจุดหมายสำคัญ พระผู้มีพระภาคท่านก็ตรัสบ่อย ๆ ว่าในกาลก่อนก็ดี ในกาลก่อนก็ดี ในกาลบัดนี้ก็ดี ในกาลต่อไปข้างหน้าก็ดี เราสอนเรื่องเดียวที่สำคัญ เรื่องนั้นก็คือเรื่องความทุกข์และการดับทุกข์ได้ เรื่องความทุกข์และการดับทุกข์ได้เป็นเรื่องสำคัญที่พระผู้มีพระภาคท่านกล่าวย้ำกล่าวสอนแก่คนทั่วไป ทำไมจึงได้กล่าวในเรื่องนี้ ก็เพราะถือว่าเป็นปัญหาเฉพาะหน้า เป็นเรื่องที่เราจะต้องคิดค้นแก้ไขปรับปรุงให้ดีขึ้น ถ้าหากว่าแก้ไขในเรื่องนี้ได้ ปัญหาทั้งหลายก็ถูกแก้ไขหมด แต่ถ้าหากเราแก้ไขเรื่องนี้ไม่ได้ ปัญหาก็ไม่ถูกแก้ไข เราก็ต้องมีความทุกข์ความเดือดร้อนเรื่อยไป ไม่รู้จักจบไม่รู้จักสิ้น เพราะฉะนั้นท่านจึงกล่าวย้ำในเรื่องนี้ เราผู้เป็นพุทธบริษัทก็ควรจะรู้ว่าจุดหมายปลายทางของพระพุทธศาสนานั้นอยู่ที่การดับทุกข์ได้ซึ่งเรียกว่า "พระนิพพาน" นั่นเอง พระนิพพานนั้นคือความเย็นดับร้อนได้ สงบ ไม่วุ่นวาย ไม่เร่าร้อน เป็นสภาพทางจิตใจที่เกิดขึ้นแก่บุคคลผู้ปฏิบัติ เราอย่าเข้าใจให้เขาว่านิพพานคือการตาย บางคนเคยถามว่าเมื่อบรรลุนิพพานแล้วก็ตาย คนทุกคนบรรลุนิพพานทั้งนั้นเมื่อตาย ไม่ใช่อย่างนั้น นิพพานไม่ใช่หมายถึงการตาย แต่ว่าเราเอาไปใช้กับพระผู้มีพระภาค ในเมื่อพระองค์ตาย ซึ่งเราเรียกว่า ปรินิพพาน หมายความว่าดับหมดไม่มีอะไรเหลือ ก่อนที่พระองค์จะสิ้นพระชนม์ ก็เรียกว่า พระองค์ถึงนิพพานแล้ว นิพพานที่พระองค์ถึงนั้นคือความเย็นสนิทแห่งจิตใจ ความดับกิเลสได้สิ้นเชิง เหมือนกับที่เราบูชาพระว่า พระผู้มีพระภาคเจ้าเป็นพระอรหันต์ ดับเพลิงกิเลสเพลิงทุกข์สิ้นเชิง เพลิง

กิเลสดับแล้วเพลิงทุกข์มันก็ดับไป ถ้าเพลิงกิเลสยังไม่ดับเพลิงทุกข์มันก็ยังโพลง ๆ อยู่ตลอดไป เมื่อพระองค์ดับเพลิงกิเลสเพลิงทุกข์ได้ ก็เรียกว่าจิตพระองค์อยู่ในสภาพนิพพาน คือเย็นสนิทไม่มีความทุกข์ความเดือดร้อนต่อไป

ร่างกายยังอยู่ ยังหายใจอยู่ ยังทำหน้าที่ประกาศธรรมะสั่งสอนชาวโลกอยู่ อยู่มาได้ถึงสี่สิบห้าปี เที่ยวสั่งสอนประชาชนอยู่ถึงสี่สิบห้าปี การทำอย่างนั้นเป็นหน้าที่ของพระพุทธเจ้า แต่ว่าน้ำพระทัยของพระองค์นั้นไม่มีกิเลสแล้ว เราเรียกว่าท่านถึงนิพพาน นิพพานนั้นเป็นเรื่องของปัจจุบัน ไม่ใช่เรื่องของชาติหน้าชาติโน้นที่เราได้ยินเขาพูดกันว่า ต้องสะสมบารมีเท่านั้นกัลป์จึงจะได้บรรลุนิพพาน อย่างนี้เขาพูดให้เห็นว่ามันเรื่องยากเท่านั้นเอง แปลว่าคนจะบรรลุพระนิพพานนั้น ต้องกระทำการด้วยความเพียร ด้วยความอดทน ด้วยความตั้งใจ เพื่อจะให้บรรลุถึงจุดนั้นตลอดไป เพื่อให้เห็นว่าต้องทำจริงนั่นเองไม่ใช่เรื่องอะไร แต่ว่าไม่ใช่ว่าเป็นของที่ยากเกินไปหรือ เหลือวิสัยที่ใคร ๆ จะทำไม่ได้ ถ้าเป็นเรื่องที่เหลือวิสัยที่มนุษย์ธรรมดาสามัญจะทำได้แล้ว พระพุทธเจ้าท่านก็ไม่ลงทุนสั่งสอนกันนักหนาถึงสี่สิบห้าปี แต่นี่เพราะว่าเป็นเรื่องทำได้จึงได้เที่ยวสั่งสอนกันอยู่ จนคำสอนนั้นยังเหลือมาถึงพวกเราจนทุกวันนี้ พวกเราทุกวันนี้ก็ควรจะได้คิดว่า การดับทุกข์ดับร้อนเป็นเรื่องสำคัญสำหรับชีวิต ทุกข์ร้อนมันเกิดมาจากกิเลสที่มีอยู่ในจิตใจของเรา เราก็ต้องแก้ที่ตัวกิเลสไม่ให้มันเกิดขึ้นในใจของเรา ตัวกิเลสที่เกิดขึ้นในใจนั้นเกิดมาทางไหน ก็เกิดมาทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจของเรานี่เอง ในตัวของคนเรานี้ มีกายเป็นเรื่องใหญ่แล้วก็มีใจเป็นคู่กัน เรื่องของจิตใจเป็นเรื่องคิดนึกตรึกตรองในเรื่องอะไร ๆ ที่เกิดขึ้นอยู่ตลอดเวลา

ความเกิดขึ้นของสิ่งต่าง ๆ นั้น ก็เพราะมีการติดต่อระหว่างสิ่งภายในกับสิ่งภายนอก สิ่งภายในก็คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เราเรียกว่า "อายตนะ" ตามภาษาพระเรียกว่า อายตนะ อายตนะก็แปลว่า เครื่องต่อมันไปต่อกับสิ่งภายนอก สิ่งภายนอกก็เรียกว่า อายตนะเหมือนกัน เรียกว่า อายตนะภายนอก อายตนะภายนอกก็มี ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ตาเป็นเรื่องดู หูเป็นเรื่องฟัง จมูกเป็นเรื่องสูดกลิ่น ลิ้นสำหรับลิ้มรส กายเป็นเรื่อง

กระทบโผฏฐัพพะ กระทบกับสิ่งภายนอก แล้วก็ใจเป็นผู้รับเอามาคิดนึกตรึกตรองต่อไป อันนี้เรียกว่ามันทำหน้าที่ของมัน หน้าที่มันมีเฉพาะจะแทนกันก็ไม่ได้ ท่านจึงเรียกว่าอินทรีย์ ตาเป็นอินทรีย์หนึ่ง หู จมูก ลิ้น กาย ใจต่างก็เป็นอินทรีย์ หมายความว่ามันใหญ่ในหน้าที่ คล้ายกันนกอินทรีย์เป็นนกที่ใหญ่ที่สุดในหมู่นกทั้งหลาย เราเรียกว่านกอินทรีย์ ตาก็เป็นใหญ่ในเรื่องดู หูก็เป็นใหญ่ในเรื่องฟัง จมูกก็เป็นใหญ่ในเรื่องดมกลิ่น ลิ้นก็เป็นใหญ่ในเรื่องลิ้มรสกายก็เป็นใหญ่ในเรื่องกระทบทางกายประสาท ใจก็เป็นใหญ่ในเรื่องการนึกคิดปรุงแต่งไปในรูปต่าง ๆ อันนี้จึงเรียกว่าเป็นอินทรีย์ก็ได้ เรียกว่าเป็นอายตนะก็ได้ เรียกว่า เป็นทวารคือประตูเข้าออกก็ได้ ประตูตา ประตูหู ประตูจมูก ประตูลิ้น ประตูกาย เรียกว่า ประตูห้า ใจนั้นเป็นผู้นั่งรับอยู่ข้างใน ถ้าเปรียบเป็นเมืองก็เรียกว่าเมือง ๆ หนึ่ง แล้วก็มีประตูห้าประตู ใจนั้นเป็นเหมือนกับเจ้าเมืองคอยรับเรื่องต่าง ๆ ที่เข้ามาจากภายนอก ส่งเข้ามากรองรวมอยู่ที่ใจทั้งนั้น

ใจนั้นเหมือนกับที่ลุ่มน้ำไหลมาทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ก็ไปรวมอยู่ที่จุดนั้น รวมแล้วมันไม่รวมเฉย ๆ มันสร้างอะไรขึ้นในใจในรูปต่าง ๆ ทำให้เกิดเป็นสุขบ้างทุกข์บ้าง เกิดอารมณ์อย่างนั้นอย่างนี้ขึ้นในจิตใจของเราด้วยประการต่าง ๆ นี่คือทางเดินของสิ่งเหล่านี้ที่ไหลผ่านเข้ามาโดยลำดับสู่ชีวิตของเรา เราก็ต้องพยายามกำหนดในเรื่องอย่างนี้ สะกัดกั้นในเรื่องอย่างนี้ คือไปกั้นไว้ที่ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่ให้มันมีการปรุงแต่งอะไรขึ้นมา คือไม่ให้เกิดความรู้สึกที่เป็นการปรุงแต่ง ความรู้สึกที่ปรุงแต่งขึ้นมานั้น เป็นสุขก็มีเป็นทุกข์ก็มีไม่ใช่ทุกข์ไม่ใช่สุขก็มี เมื่อเกิดการปรุงแต่งที่เป็นสุข ก็เพิ่มอนุสัยประเภทราคะขึ้นในใจ ถ้าเกิดการปรุงแต่งที่เป็นทุกข์ ก็เกิดอนุสัยที่เรียกว่า "ปฏิฆะ" คือความไม่พอใจไม่ยินดี ไม่เพลิดเพลินในสิ่งนั้นเกิดขึ้น เรียกว่า ปฏิฆะ ถ้าเกิดไม่สุขไม่ทุกข์ก็เกิดอนุสัยประเภทอวิชชา คือความไม่รู้ไม่เข้าใจในเรื่องนั้น แล้วก็มัวเมาอยู่ในเรื่องนั้นต่อไป นี่มันเกิดสืบขึ้นมาในรูปอย่างนั้น แล้วต่อไปก็เกิดอะไรติดตามกันมาเรื่อย ๆ โดยลำดับ จนกระทั่งเกิดเป็นความทุกข์ขึ้นมาในชีวิตของเรา แต่ว่าการเกิดของสิ่งดังที่กล่าวนี้ นั้นรวดเร็วถี่ยิบ จนเราจับไม่ค่อยทัน มันเร็วเหลือเกิน พอกระทบมันก็เกิดอะไร ๆ มาตามลำดับตามวิถีของมัน

พระพุทธเจ้าท่านใช้เวลาสังเกตพิจารณาในเรื่องนี้ จนมารู้ชัดว่ามันเกิดขึ้นอย่างไร แล้วมีอะไรต่อมา จึงได้เอามาเรียบเรียงเป็นเรื่องเป็นราว เพื่อให้เราได้ศึกษาได้กำหนด แล้วจะได้ปิดกั้นไม่ให้สิ่งนั้นมันลุกลาม คล้าย ๆ กับว่าบ้านของเรามันมีช่องมีรู ที่พวกผู้ร้ายมันจะเข้ามาได้ เราก็รู้ว่ารูนี้แหละมันเข้ามาได้ เราก็ไปอุดเสีย ขโมยก็เข้ามาทางนั้นไม่ได้ฉันใด ในเรื่องเกี่ยวกับชีวิตของเรานี้ก็เหมือนกัน สภาพจิตนั้นมันอยู่ปกติ ถ้าไม่มีอะไรมาคุ้ยเขี่ยเข้า คือไม่มีอารมณ์ภายนอกมากระทบ จิตของเราก็อยู่ในสภาพปกติ ไม่วุ่นวายไม่เร่าร้อนอะไร แต่ว่าพอมีสิ่งภายนอกจรเข้ามาทางตา ทางหู ทางจมูก ทางลิ้น ทางกาย ใจนั้นก็เข้าไปรับสิ่งนั้น เมื่อเข้าไปรับสิ่งนั้นมันมีสิ่งหนึ่งเกิดขึ้น เรียกว่า สัญญา สัญญานั้นคือการเปรียบเทียบกับสิ่งที่ได้พบกับสิ่งที่ได้พบมาก่อน เพราะว่าคนเรานี้ได้พบอะไรมาก่อนเยอะแยะ ได้เห็นรูป, ได้ กลิ่น, ได้รส ได้สัมผัสอะไรมามากมาย ไม่รู้สักกี่ร้อยกี่พันอย่างเป็นสิ่งที่ได้พบมามากมาย ทีนี้เมื่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งมากระทบเข้ามันก็เกิดสัญญาขึ้นในเรื่องนั้น เช่นพอเห็นรูปคนเราก็นึกว่าเหมือนกับคนนั้นเหมือนกับคนนี้ อะไรต่าง ๆ นานา อย่างนี้เรียกว่า เกิดสัญญาขึ้นมาในใจของเรา

เมื่อมีสัญญาเกิดขึ้นในใจอย่างนั้น ใจก็ถูกปรุงแต่งเป็นสังขารขึ้นมาอีกทีหนึ่ง คือปรุงแต่งให้เกิดความรู้สึกอะไรขึ้นในใจ เช่นรู้สึกรักรู้สึกชัง รู้สึกอยากได้อยากมีอยากเป็นในเรื่องนั้น ๆ กิเลสประเภทต่าง ๆ อาจโผล่ขึ้นมาในขณะนั้นก็ได้ เช่นเกิดความโลภขึ้นก็ได้ ความโกรธ ความหลงขึ้นก็ได้ เกิดริษยาอาฆาตจองเวรอะไรต่าง ๆ มันก็เกิดตามมา เรียกว่าเป็นตัวสังขารขึ้นมาในจิตใจของเรา เมื่อเกิดถูกสังขารปรุงแต่งขึ้นมาอย่างนั้น ถ้าว่าเราสะกัดมันไม่ได้ มันก็ถูกปรุงแต่งเรื่อยไปซ้ำแล้วซ้ำอีกอยู่ในอารมณ์นั้น ๆ การที่เราคิดซ้ำแล้วซ้ำอีกในเรื่องอะไรนั่นแหละ คือตัวสังขารที่มันปรุงแต่งเราเรื่อยไป มันมาฉาบมาทาให้จิตใจของเราอยู่ในสภาพอย่างนั้น ถ้าเป็นประเภทสุขก็เพลิดเพลินอยู่อย่างนั้น เพราะฉะนั้นคนเราเวลาใดที่เกิดเรื่องความทุกข์ ก็มักจะทุกข์นาน ๆ ทุกข์หลาย ๆ วันที่เป็นทุกข์อยู่หลาย ๆ วัน

นั้นเพราะอะไร ก็เพราะว่าเราปรุงแต่งไว้เรื่อยไป ไม่หยุดการปรุงแต่งจิตใจของเรา เอา สัญญาเก่ามาคิดแล้วก็เกิดการปรุงแต่งขึ้นมาทุกเวลานาที แล้วมันก็ไม่จบ สมมติว่าผู้ที่รักเรา พอใจจากไป เช่นมารดาบิดาที่เราเคารพบูชา ท่านตายจากเราไป ซึ่งความจริงมันก็ เป็นเรื่องธรรมดา เพราะว่าร่างกายของมนุษย์มันเป็นของเปราะของแตกเกิดขึ้นจากการปรุงแต่ง ไม่มีอะไรที่เรียกว่าคงทนถาวร วันหนึ่งก็ต้องแตกต้องดับไปเป็นธรรมดา แต่ว่าเราไม่ได้คิด ในเรื่องอย่างนี้ไว้ เราไม่ได้คิดไว้ล่วงหน้า ไม่ได้เตือนตัวเองไว้ให้รู้ให้เข้าใจในเรื่องประเภท อย่างนี้

เพราะปกติของคนเรานั้นไม่ได้คิดถึงเรื่องธรรมดา ที่เรียกว่า ความแก่ ความเจ็บ ความตาย หรือว่าการที่เราจะต้องพลัดพรากจากสิ่งที่เรามีเราได้ หรือว่าเราทำอะไรเราก็จะ เป็นอย่างนั้น เราไม่ค่อยมีโอกาสได้คิดนึกในเรื่องอย่างนี้ จึงเป็นเสมือนหนึ่งถูกโจมตีด้วย ข้าศึกคืออารมณ์ คล้าย ๆ กับถูกโจมตี โดยไม่รู้สึกตัว เช่นมีการตายเกิดขึ้นในครอบครัว ก็ เหมือนกับถูกโจมตีโดยไม่รู้ตัว แล้วเราก็มักจะพูดว่า ไม่นึกเลยว่าจะเป็นอย่างนี้ ไม่นึกเลย ว่าจะเป็นอย่างนั้น อันนี้ก็เป็นเครื่องชี้ว่า เราไม่ได้เตรียมตัวเพื่อต้อนรับสถานการณ์ เมื่อ เหตุการณ์เกิดขึ้นก็ตั้งตัวไม่ทัน เลยเกิดเป็นความทุกข์ทางใจ ความทุกข์นั้น ก็คือตัวสังขารที่ ปรุงแต่งในใจเรื่องนั้น คือเราคิดเรื่องนั้น ๆ มันเป็นสัญญาอดีตสัญญาเก่า ความจำเก่า ๆ ที่ เราได้มีอยู่กับสิ่งนั้น เราก็ไปฟื้นมันขึ้นมา เอามานั่งคิดนั่งนึก คิดแล้วก็เศร้าใจไม่สบายใจ หรือว่าบางเรื่องเราคิดแล้วก็มีอารมณ์เพลิดเพลินไปกับสิ่งนั้น ฝันหวานไปตามเรื่อง อย่างนี้ คือการปรุงแต่งจิตขึ้นไปทำไม ถ้าไม่มีอะไรจะพูดก็นั่งเฉย ๆ เอาปลาสเตอร์ปิดปากไว้เสียมั่ง ก็ยังดี มันจะได้ไม่สร้างความวุ่นวายให้มากเกินไป พึ่ง ๆ ดูแล้วมันก็สร้างความวุ่น แล้วก็ลือ กันไปอย่างนั้นอย่างนี้ มันก็เป็นปัญหามากขึ้นทุกวันเวลา จิตใจคนก็ไม่สงบไม่เป็นตัวเอง คราวนี้เราจะต้องแก้ไขในเรื่องเหล่านี้ โดยเฉพาะแก้เป็นคน ๆ ไป จะไปแก้คนทั้งประเทศก็ ไม่ได้ แก้คนทั้งโลกก็ไม่ได้ แต่ว่าคนเราทุกคนจะต้องถือว่าเป็นหน้าที่ที่เราจะต้องแก้ไขตัวเรา

ต่างคนต่างแก้ต่างคนต่างปฏิบัติ ในแง่ธรรมนั้นเป็นเรื่องเฉพาะคน เพราะเมื่อต่างคนต่างแก้ไขแล้ว คนเหล่านั้นมารวมกันเข้าเป็นหมู่เป็นสังคม สังคมก็ถูกแก้ไขไปด้วยในตัว เพราะฉะนั้นเราต้องปรับปรุงตัวเรา เพื่อเอาชนะสิ่งต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในใจ วิธีการที่จะเอาชนะในสิ่งเหล่านี้ เราควรจะปฏิบัติอย่างไร มีพระพุทธภาษิตอยู่บทหนึ่งเรียกว่า ภัทเทกรัตตคาถานี้พระพุทธเจ้าตรัสในที่ประชุมสงฆ์ ตรัสว่า "อตีตํนานวาคเมยฺย" อย่าไปคิดถึงสิ่งที่ล่วงแล้ว "นปฺปฏิกงฺเข อนาคตํ" อย่าไปนึกถึงสิ่งที่ยังไม่มาถึง "ปจฺจุปนฺนญฺจ โย ธมฺมํ ตตฺถ วิปสฺสติ" ให้เพ่งพินิจปัญหาที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้าอันนี้เรียกว่าเป็นหลักใหญ่ เป็นหลักการปฏิบัติเพื่อความพ้นทุกข์อย่างแท้จริงของพระผู้มีพระภาค ที่ตรัสกับพระภิกษุทั้งหลายเป็นเรื่องสั้น ๆ แต่ว่ามีประโยชน์ คือว่าอย่าคิดถึงสิ่งที่ล่วงมาแล้ว อย่าคิดถึงสิ่งที่ยังไม่มาถึง ให้คิดแต่เฉพาะเรื่องที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้า ท่านวางหลักไว้อย่างนั้น

ทีนี้เรามาวิจารณ์สักเล็กน้อยว่า คนเราที่เป็นทุกข์เพราะคิดอะไร ถ้าเราพิจารณาดูจิตใจของคนเราแล้ว เราก็รู้ได้ว่า ที่เป็นทุกข์เพราะคิดถึงเรื่องอดีตที่ผ่านมา เรื่องเก่าเรื่องแก่ เก่าวันหนึ่งเก่าชั่วโมงหนึ่ง เก่าครึ่งชั่วโมงเก่าเป็นเดือนเก่าเป็นปี อุตส่าห์ไปเที่ยวฟื้นฝอยหาตะเข็บ เอามานั่งคิดนั่งฝัน ให้เกิดความเศร้าใจ ให้เกิดความดีใจแล้วก็เป็นทุกข์ต่อไป ดีใจก็เป็นทุกข์เสียใจก็เป็นทุกข์เท่ากัน แต่ว่ามันทุกข์เปิดเผย ทุกข์ปกปิดอยู่เท่านั้นแหละ เราก็ไปคิดถึงเรื่องเก่า ๆ ทั้งนั้น เอามาคิดเอามานึกกัน และไม่ได้คิดนึกด้วยปัญญา แต่นึกคิดด้วยความเขลา เอาอวิชาคือความไม่รู้ไม่เข้าใจเป็นมูลฐาน แล้วก็ไปนั่งคิดนั่งฝันอยู่ในเรื่องนั้น อันเป็นเรื่องเก่า ๆ ทั้งนั้น แล้วก็มีความทุกข์ความเดือดร้อนเกิดขึ้น เราลองคิดก็ดูจะเป็นความจริงอย่างนี้ ทีนี้นอกจากเรื่องเก่าแล้ว เรื่องที่ยังไม่มาถึงอนาคตข้างหน้าเอามาคิดให้มันวุ่นวายใจ เรื่องมันยังไม่เกิดไม่มา แต่ว่าเราไปคิดว่ามันน่าจะเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ แล้วก็กลุ้มใจไว้ล่วงหน้า เรียกว่ากลุ้มใจไว้ล่วงหน้าเป็นทุกข์ล่วงหน้า เรื่องนั้นมันยังไม่มา ไม่เห็นน้ำแต่ว่าตัดกะบอก ไม่เห็นกระรอกแต่ไปโก่งหน้าไม้จนปวดแขน นี่เขาเรียกว่าไปคิดถึงเรื่องข้างหน้า เอามาให้มันเป็นทุกข์ การคิดเรื่องข้างหน้าที่เป็นทุกข์นั้นคือการวิตกวังวล

ในปัญหาต่าง ๆ ซึ่งยังไม่เกิด แต่เรานึกว่ามันจะเกิด แล้วไม่ได้นึกว่าจะแก้ไขอะไรหรอก คิดแต่ว่ามันน่ากลัวจะเป็นอย่างนั้นเป็นอย่างนี้ เช่นเมืองไทยเรากลัวว่าคอมมิวนิสต์จะเข้ามาครอบครอง แล้วก็กลัวกันไปต่าง ๆ นานา ซึ่งความจริงมันก็ยังไม่มา แต่ว่ากลัวล่วงหน้าไว้ก่อน กลัวแล้วก็ไม่ช่วยกันแก้ไข ไม่ได้ทำอะไรเลยเพียงแต่กลัว ๆ อยู่เท่านั้นแหละ คนเราตรงนี้แหละทำให้เสียหาย

เพราะฉะนั้นนักโฆษณาชวนเชื่อทั้งหลาย จึงได้เอาหลักวิตกกังวลนี้ไปใช้ให้เป็นประโยชน์เหมือนกัน คือไปใช้โฆษนาให้คนกลัว ตกใจระส่ำระสาย ไม่เป็นอันทำมาหากินประกอบการงานอันเป็นหน้าที่ มัวแต่กลัวกัน ไปนั่งล้อมวงเข้าตรงไหนก็วิตกวิจารณ์กัน วิพากษ์วิจารณ์กันในเรื่องกลัวทั้งนั้น แต่ไม่คิดว่าเราจะแก้ไขปัญหานั้นอย่างไร เราควรจะทำอย่างไร ไม่คิด คิดแต่ว่าจะกลัวกันท่าเดียว แล้วคิดจะหนีท่าเดียว ไม่คิดจะสู้เสียเลย อย่างนี้มันไม่ถูกต้อง ทำให้เกิดความวิตกกังวลไม่เข้าเรื่อง บางคนก็นอนไม่หลับด้วยความวิตกกังวลด้วยเรื่องปัญหาต่าง ๆ เรื่องอดีตบ้างเรื่องอนาคตบ้างเลยก็กลุ้มอกกลุ้มใจ มีอยู่ทั่ว ๆ ไปคตในเรื่องแบบนี้ ในชีวิตของเราท่านทั้งหลาย มันก็เป็นอยู่ในรูปอย่างนั้น อันเรื่องอดีตอนาคตนั้น ถ้าเราจะเอามาคิดต้องคิดด้วยปัญญา เดี๋ยวโยมจะคิดว่า เอ ไม่ได้คิดถึงอนาคตแล้วจะทำงานได้อย่างไร เช่นการวางแผนทำงานนั้นงานนี้อย่างนี้ไม่ใช่เรื่องคิดให้เป็นทุกข์ เพราะการวางแผนนั้นเป็นเรื่องใช้ปัญญา ในการที่จะทำอะไรต่อไป เรามาคิดอย่างนั้นมันไม่เป็นปัญหาอะไร ไม่มีความทุกข์ทางจิตใจเกิดขึ้น แม้เรื่องในอดีตถ้าเราเอามาพิจารณาเพื่อเป็นบทเรียนเตือนจิตสะกิดใจ ให้เห็นว่าสิ่งที่ผ่านพ้นมาแล้วมันเป็นความผิดอะไรมีความบกพร่องในแง่ใด แล้วเราก็เอามาวิพากษ์วิจารณ์กัน เพื่อใช้เป็นแนวทางสำหรับป้องกันไม่ให้เกิดเหตุการณ์เช่นนั้น เช่นนี้ขึ้นอีกในวิถีชีวิตของเรา ในชาติประเทศของเรา อย่างนี้มันไม่ได้เป็นเรื่องเสียหายอะไร เพราะเป็นการคิดค้นด้วยปัญญา คิดค้นเพื่อการศึกษา แต่ที่ว่าเราไปคิดแล้วเป็นทุกข์...

หมายความว่า คิดด้วยโมหะไม่สัมปยุตด้วยปัญญา ไม่ประกอบด้วยปัญญาแต่ว่าไปสัมปยุตด้วยโมหะ ด้วยความหลงด้วยความมืดความบอด เราก็นั่งกลุ้มใจ กลุ้มอยู่อย่างนั้นแหละไม่มีทางแก้ กลุ้มเรื่อยไป นี่ก็เพราะคิดถึงเรื่องเก่าบ้าง คิดถึงเรื่องอนาคตที่ยังไม่มาถึงบ้าง ด้วยอำนาจความหลงใหลเข้าใจผิดด้วยประการต่าง ๆ

ถ้าเราจะไม่ให้เกิดความทุกข์ในรูปอย่างนั้น เราก็ต้องคิดถึงปัญหาเฉพาะหน้าที่มันเกิดขึ้น ทีนี้ปัญหาที่เกิดขึ้นเฉพาะหน้าในแง่ปฏิบัติอย่างแท้จริงนั้นคืออะไร ก็คืออารมณ์ต่าง ๆ ที่มากระทบนี่แหละ เป็นปัญหาเฉพาะหน้า รูปมากระทบตาเสียงมากระทบหู กลิ่นมากระทบจมูก รสกระทบลิ้น โผฏฐัพพะกระทบกายประสาท อะไรเกิดขึ้นในใจ ก็ต้องเพ่งพิจารณาทันที พิจารณาในแง่ใดบ้าง คิดพิจารณาในแง่สามประการก็ได้ คือหลักว่า ไม่เที่ยง เป็นทุกข์เป็นอนัตตา หรือว่าพิจารณาในแง่อื่นอีกหลายแง่ ก็มีเหมือนกัน เช่นให้พิจารณาเป็นไม่เที่ยง เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา เป็นของว่างเปล่า เป็นเหมือนกับลูกศร เป็นเหมือนกับหัวฝีเป็นเหมือนกับเป็นศัตรูเป็นข้าศึก ที่มันจะมาทำลายเรา เพ่งไปในรูปอย่างนั้น เพ่งพิจารณาสิ่งที่มากระทบนั้น ให้เห็นว่ามันคืออะไร ขณะที่อะไรมากระทบแล้วเราใช้ปัญญาเพ่งเรื่องนั้นจิตมันก็หยุดอยู่เพียงนั้น อะไรอื่นมันไม่เกิดลุกลาม มันไม่เกิดเป็นตัณหาเป็นอุปาทาน เป็นทุกข์เป็นอะไรต่อไป เพราะเราใช้ปัญญาเข้ามาสกัด ด้วยการเพ่งในเรื่องนั้นว่ามันคืออะไร มันเกิดขึ้นอย่างไรมันมาด้วยวิถีใด เรานั่งเพ่งในเรื่องนั้น นี่เรียกว่า เพ่งปัญหาเฉพาะหน้า คำว่าเฉพาะหน้านั้นมันให้เวลาอยู่พอสมควรเหมือนกัน ไม่ใช่ว่าแผล็บเดียว เวลาที่พิจารณาอยู่ก็เฉพาะหน้า คือพิจารณายังไม่ตกก็พิจารณาต่อไปอีก จนกระทั่งมองเห็นชัดว่า มันไม่มีอะไรที่เป็นสาระเป็นแก่นสาร ไม่มีอะไรที่น่าจะไปเอาไปเป็น ไม่มีอะไรที่น่าจะเข้าไปยึดถือว่า ว่าเป็นตัวเราเป็นของเรา จิตใจในขณะนั้นมันก็ไม่มีกิเลสเกิดขึ้น ไม่มีอะไรเกิดขึ้นรบกวนจิตใจ เพราะมีปัญญาเป็นแสงสว่างส่องดูให้เห็นสิ่งนั้นชัดเจนแจ่มแจ้งตามสภาพที่เป็นจริง ความทุกข์

มันก็ไม่เกิด ความทุกข์มันจะเกิดเมื่อไม่มีแสงสว่าง คือไม่มีปัญญา ไม่ได้เพ่งมองสิ่งนั้นให้ชัดเจนตามสภาพ มันก็เกิดความทุกข์ขึ้นมา พระพุทธเจ้าท่านจึงสอนว่าให้เพ่ง "ตตฺถวิปสฺสติ" คือให้เห็นแจ้งในสิ่งนั้น ๆ ตามสภาพที่เป็นจริง ดูอะไรให้ชัด มองอะไรให้ชัด ฟังอะไรให้ชัด ใจก็ต้องคิดพิจารณาแยกแยะสิ่งนั้นออกไป ตามหลักว่ามันไม่เที่ยง มันเป็นทุกข์อยู่โดยสภาพ มันเป็น ของไม่มีตัวตนอะไร มันเกิดขึ้นแล้วมันก็ดับไปเท่านั้น เมื่อมันดับไปแล้วก็ให้มันดับไป เข้าแบบภาษาไทยง่าย ๆ ว่า แล้วก็แล้วไป อะไรมันเกิดขึ้นแล้วก็แล้วไป ไม่มีอะไรที่จะมายุ่งอีกต่อไป อย่าเอามาคิดมานึกให้มันวุ่นวายในจิตใจ อย่างนี้ก็สบายใจ

เมื่อวานนี้มีคนคนหนึ่งมาถามปัญหา ก็คงจะเป็นเรื่องของแก แกบอกว่า ผู้หญิงคนหนึ่ง อาตมานึกว่าเป็นตัวของแกเองแต่แกไปสมมติว่าเป็นคนอื่น ถามว่า ผู้หญิงคนหนึ่งมันเป็นอย่างไร มีคนเขาว่า ว่าผู้หญิงคนนั้นเป็นโจรเป็นขโมยไปลักข้าวลักของเขา ของใครหายเขาก็ว่าแม่คนนั้นทุกที แล้วก็จะแก้อย่างไร ถ้าเขาอย่างนั้นจะแก้อย่างไร อาตมาก็ถามว่าคนนั้นไปลักของเขาหรือเปล่า ไปลักของเขาจริงหรือเปล่า ไม่มีไม่เคยไปลักไปล้วงอะไรเขาหรอก ไม่ได้อยู่ในฐานะที่ต้องไปลักขโมยอะไรเขาอย่างนั้น ก็เมื่อไม่ได้ไปลักของเขาแล้วจะเดือดร้อนอะไร เขาว่า เขาว่าเราไปลัก เมื่อเราไม่ลักจะไปเดือดร้อนอะไร คนเขาเข้าใจผิดบ้านนั้นก็ว่า บ้านโน้นก็ว่าเขาเข้าใจผิดไปรอบบ้าน บอกว่านั่นเป็นเรื่องสิทธิของเขาสิทธิตามรัฐธรรมนูญ เขาว่าไว้อย่างนั้นเราอย่าไปยุ่งกับเขาเลย เราจะไปห้ามเขาไม่ได้ เราจะไปห้ามใครว่า คุณอย่าคิดอย่างนั้นมันไม่ได้ คนเรามันมีสิทธิที่จะคิดอะไรได้ตามกิเลสของเขา เขาคิดมันเป็นเรื่องของเขา เช่น เขาคิดว่าแม่คนนั้นขโมยก็ช่างเขาเราไม่ได้ขโมยแล้วจะไปคิดอะไรให้มันมากนักหนามันยุ่งใจ เขาคิดของเขาช่างมัน เรากินข้าวให้สบายนอนให้มันหลับ ทำงานให้เป็นไปตามปกติ อย่าไปยุ่งยากทางจิตใจอะไร ชั่งหัวมันได้อย่างไรเมื่อคนอื่นเขาว่าเราอย่าง

นั้นอย่างนี้ บอกว่านั่นแหละต้องชั่งหัวมันแล้วอย่างนี้ ถ้าเขาไม่ว่าแล้วไม่ต้องชั่ง เพราะเขาว่าเราอย่างนั้นเราไม่ได้เป็นตามเขาว่า เราก็ต้องชั่งหัวมันเสีย ก็เขาว่าเสียเรื่อยจะทำอย่างไร ทำอย่างนั้น ทำใจเฉย ๆ นึกว่าชั่งหัวมันเขาว่าก็ว่าไป เราไม่ลักของใครเราไม่ขโมยของใคร ตามใจเขา มีหูก็ทำเหมือนหูหนวกเสียมั่ง มีตาก็ทำเป็นตาบอดเสียมั่ง มีลิ้นก็ทำเป็นคนใบ้เสียมั่ง มีมือไม้เคลื่อนไหวได้ก็อย่าไปชกต่อยทุบตีกับเขา ทำตนให้เหมือนกับคนพิกลพิการ ไม่รู้เรื่องอะไรทั้งนั้น เหมือนกับเต่าที่มันอยู่ในกะดองเสียมั่ง อย่าโผล่หัวออกมาได้ยินได้ฟัง แกบอกว่ามันลำบากใจ ก็เรื่องของแกไม่ใช่เรื่องของคนโน้น ก็ดูออกมาชัดว่ามันลำบากใจ เขาว่าทุกวัน ๆ ก็บอกว่าช่างเขา เขาว่าก็ว่าไป เราทำใจของเราว่าเราไม่ได้เป็นอย่างนั้น เราไม่ได้เป็นเหมือนที่เขาว่า คิดไว้อย่างนั้นก็แล้วกัน แกบอกว่า แหม มันคิดยาก ก็เพราะไม่เคย ต่อไปนี้หัดคิดเสียมั่ง ไปบอกเขาให้หัดคิดเสียมั่ง ว่าคิดอย่างที่หลวงพ่อว่า แกนั่ง ๆ บอกว่าเอหลวงพ่อจะทำอย่างอื่นได้อีกบ้างไหม ทำอย่างไร ช่วยปลุกช่วยเสกอย่าให้คนนั้นมันพูด บอกว่าอย่างนั้นไม่ได้ ฉันจะไปปลุกเสกเขาได้อย่างไรคนทั้งบ้านทั้งเมืองจะไปปลุกเสกเขาได้อย่างไร จะทำพิธีเอาด้ายสายสิญจ์ไปวงบ้านบอกว่าไม่ได้ มันกันไม่ได้กันคนพูดไม่ได้ กันคนคิดไม่ได้ เราไปห้ามคนอื่นไม่ได้หรอก เราห้ามตัวเราเองได้ห้ามใจเราเองได้มันไม่ยากอะไร ก็อธิบายไปในรูปอย่างนั้นให้แกฟังเพื่อจะได้ไประงับจิตใจ ก็ฟัง ๆ ไปตามเรื่องของแกนั่ง ๆ แล้วก็บอกว่าต้องไปคิดดูใหม่มันก็เท่านั้น เราไปคิดเสียใหม่ก็หมายความว่าเพ่งปัญหาเฉพาะหน้า เช่นเขาบอกว่าชาติชั่วเราก็เพ่งดูว่าเราไม่ได้ชั่ว เขาชมว่าดี เราก็เพ่งว่าเราไม่ได้ดีตามเขาว่า คนมันก็พูดกันไปอย่างนั้นตามเรื่องของเขา อย่าไปยึดถือเอามาเป็นอารมณ์ สิ่งใดเกิดแล้วมันก็ดับไป ให้มันดับไปเลย เช่นเขาด่าว่าชาติชั่ว มันก็ดับไปแล้ว มาได้ยินแผล็บหนึ่งมันก็หายไปแล้ว เราจะไปเก็บมันไว้ทำไม ถ้าเก็บไว้ก็เรียกว่า ไปเอาอดีตมาพิจารณาด้วยความเขลา หรือไปเอาเรื่องข้างหน้ามาพิจารณาด้วยความเขลา อย่างนี้มันก็วุ่นวายไม่รู้จักจบไม่รู้

จักสิ้น จึงควรจะหัดเพ่งปัญหาเฉพาะหน้าไม่ว่าอะไรเกิดขึ้นก็พิจารณาด้วยหลักความจริงว่า เป็นอนิจจัง ทุกขังอนัตตา ไม่มีอะไรที่เป็นสาระเป็นแก่นเป็นสาร ไม่มีอะไรที่เราควรจะเข้าไปยึดมั่นถือมั่น ว่าเป็นตัวเป็นตนเป็นเราเป็นเขาขึ้นมา อันนี้แหละจะช่วยให้จิตใจของเราสงบไม่วุ่นวาย อยู่ได้เป็นปกติในสังคมมนุษย์ที่เขาอยู่กันเต็มไปด้วยความวุ่นวาย

คนเรามันต้องฉลาดในการปัดการป้องบ้าง เหมือนกับคนเราเอาก้อนดินขว้างลิง ลิงมันเก่งมันปัดไปทางโน้นมันหลบมาทางนี้ ขว้างมันไม่ค่อยถูกลิง มันหลบเก่ง เหมือนกับทางภาคใต้สมัยก่อนเคยเห็นเมื่อเด็ก ๆ เขาชักพระ ออกพรรษาเขาชักพระกัน เขาว่าพระพุทธเจ้าเสด็จลงจากสรวงสวรรค์ แล้วก็เชิญพระพุทธรูปไปวางเขาเรียกว่าเรือพระ ประดับประดาสวยงาม แล้วก็มีเชือกยาวสองเส้นชักไปชักไปไกล ๆ ไปฉันเพลกันที่โน่นเรียกว่าออกพรรษาแล้วไปทัศนาจรกันเสียหน่อย ไปฉันเพลไกล ๆ พอเพลแล้วก็ชักพระกลับวัด ตอนกลับวัดต้องชักช้า ๆ บางทีก็ไปหลุดแล้วก็ขว้างข้าวต้ม ข้าวต้มเขาทำพิเศษลูกโตขนาดนี่ เป็นเหลี่ยม ๆ แปดเหลี่ยมไปถูกหน้าก็เจ็บ ขว้างกันเอย ขว้างเก่ง หลบนิ๊บนิดเดียว เอามือปัด บางทีเอาเท้าตบไป กะเด็นไปข้างนี้ เอามือตบไปข้างนี้ มือตบไปมั่ง เฉียดหลบไปนิดเดียว ไม่มีใครถูกใครเวลาขว้างกัน คนขว้างก็ตาจ้องเขม็งเชียว คนหลบก็จ้องเขม็งไม่ถูก เวลาเด็ก ๆ ดูแล้วก็อย่างนั้น เออมันหลบเก่งจริง ทีนี้มาเรียนธรรมะธัมโมว่าอ้อเราต้องหลบอารมณ์แบบคนซัดต้มเหมือนกัน หลบให้มันเก่งรูปมาก็หลบเสีย เสียงมาก็หลบเสีย กลิ่นมาก็หลบ หลบให้มันดี อย่าให้มันกะทบแรง ๆ แม้กระทบเราก็พิจารณาว่ามันดับไปแล้วเกิดแล้วดับแล้ว แล้วก็แล้วไป เท่านั้นมันก็หมดเรื่อง เอาไปคิดบ่อย ๆ แล้วก็แล้วไป เรื่องอะไรเกิดที่ไหนมันเกิดที่นั้นดับไปแล้ว เรามันแส่หาเรื่อง ชอบเก็บเอาไปคิดไปนึกเอง จึงได้เกิดเป็นปัญหา

เกิดความทุกข์ความเดือดร้อน อันนี้ไม่ดีจึงต้องปฏิบัติในรูปว่า ปัดสิ่งเหล่านั้นออกไป ใน ใจเราก็เหมือนกันต้องพิจารณาว่า นี่ก็ไม่ใช่นั่น นี่คืออารมณ์ที่มากระทบ ไม่ใช่นั่น นั่นคือความสงบใจตัวดั้งเดิม ตัวดั้งเดิมคือความสงบ สิ่งที่จรมาคือคำว่านี่ นี่ไม่ใช่นั่น นี่ไม่ใช่นั่น ปัดมันไปเรื่อย ๆ เราก็จะไม่ถูกรบกวนด้วยอารมณ์อะไร ๆ มากเกินไปดังที่ได้แสดงมา ก็สมควรแก่เวลา ขอจบการแสดงปาฐกฐาไว้แต่เพียงเท่านี้

เส้นเลือดในสมองแตก

บางครั้งเมื่อแพทย์ถูกตามให้ไปดูผู้ป่วย ญาติอาจจะบอกให้เสร็จเลยก็ได้ว่า ผู้ป่วยเป็นโรคเส้นเลือดในสมองแตก และขณะนั้นกำลังหมดสติและเป็นอัมพาต ทุกรายมักจะแสดงน้ำเสียงของความร้อนรนใจร่วมอยู่ด้วย แสดงว่าโรคนี้เป็นที่รู้จักกันดีมากในหมู่คนทั่วไป ทั้งลักษณะ อาการ ความรุนแรง และความพิการที่อาจเกิดขึ้นได้

การที่เส้นเลือดในสมองแตกนั้นจะต้องมีสาเหตุ และสาเหตุนั้นมีอยู่หลายประการที่พบได้บ่อย ๆ คือ

๑. **เส้นเลือดแตกเนื่องจากความดันโลหิตสูง** โรคความดันโลหิตเป็นโรคที่พบบ่อยในผู้ที่มีอายุกลางคน หรือสูงอายุ มักจะเป็นร่วมกับเส้นโลหิตแข็งและเปราะ ซึ่งไม่มีความยืดหยุ่นเพียงพอที่จะรับความดันภายในเส้นเลือดนั้นได้ หากมีสาเหตุใดที่ทำให้ความดันโลหิตสูงขึ้นไปอย่างปัจจุบันทันด่วน เช่น การออกกำลัง การมีอารมณ์เปลี่ยนแปลงไป ก็อาจจะทำให้เส้นเลือดแตกทันที

๒. **เส้นเลือดแดงโป่ง** (Aneurysm) บางคนอาจมีผนังของเส้นเลือดผิดปกติและค่อย ๆ ขยายตัวออกมาเหมือนลูกโป่งอย่างช้า ๆ และเมื่อลูกโป่งไม่สามารถจะทนความดันในเส้นเลือดได้ก็แตกออก โดยมากในระยะนี้ผู้ป่วยมักจะมีอายุประมาณ ๔๐–๕๐ ปี

๓. **เส้นเลือดแดงและเส้นเลือดดำต่อกัน** (Arteroic–Venous Malformation) โดยปกติเส้นเลือดแดงจะนำเลือดแดงที่มีอาหารและอ๊อกซิเจนไปเลี้ยงเซลล์ในสมอง เมื่อได้ให้อาหารและอ๊อกซิเจนกับเซลล์แล้วก็กลายเป็นเลือดดำ นำเอาของเสียออกจากสมอง แต่ถ้าหากมีการผิดปกติมาตั้งแต่เกิด โดยที่มีเส้นเลือดแดงและเส้นเลือดดำติดต่อกัน ก็จะทำให้เลือดไหลจากเส้นเลือดแดงเข้าไปในเส้นเลือดดำทันทีโดยไม่ไปที่เซลล์ของสมองก่อน ปกติเส้นเลือดดำนั้นอ่อนแอกว่าเส้นเลือดแดงมาก เมื่อรับภาระหนักกว่าที่เคย คือความดันในเส้นเลือดแดงก็อาจจะทนไม่ไหวและแตกได้ อายุที่จะแตกมักจะน้อยกว่าของสาเหตุอื่น อาจจะพบในเด็กหรือคนหนุ่มสาวก็ได้

๔. **พยาธิตัวจี๊ดไชเส้นเลือด** พยาธิตัวจี๊ดเป็นพยาธิที่ไชเข้าไปตามอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายได้ทุกแห่ง และสมองของคนก็ไม่ได้รับการยกเว้น ยิ่งสมองเป็นอวัยวะที่อ่อนนุ่มที่สุดในร่างกาย ตัวจี๊ดยิ่งไชได้ง่ายและรวดเร็ว ถ้าหากทางเดินของมันผ่านเส้นเลือดก็อาจทำให้แตกออกได้ ผู้ป่วยที่เป็นโรคนี้มักจะเป็นผู้ที่ชอบรับประทานอาหารดิบซึ่งมีตัวอ่อนของพยาธิอยู่และมักจะมีอาการบวม คัน ตามร่างกายในที่ต่าง ๆ เป็น ๆ หาย ๆ ก่อนที่จะมีอาการทางสมอง

๕. **สาเหตุอื่น ๆ** เป็นสาเหตุย่อย ๆ อาจจะพบร่วมกับโรคของเลือดหรือการที่มีแบคทีเรียไปทำลายเส้นเลือด หรือบางครั้งผู้ป่วยที่มีก้อนเนื้องอกในสมองที่โตเร็ว อาจจะโตเร็วมากจนเส้นเลือดที่ถูกสร้างขึ้นใหม่ในเนื้องอกไม่ถูกสร้างให้เรียบร้อยดีพอจึงแตกออกได้

ดังจะเห็นได้ว่า สาเหตุของเส้นเลือดในสมองแตกนั้นมีอยู่มาก และการที่จะบอกว่าเป็นสาเหตุใดนั้น มีความสำคัญต่อการรักษา เพราะแพทย์ที่ผ่าตัดสมองอาจจะช่วยแก้ไขสาเหตุบางอย่างได้ เช่น ผ่าตัดเอาก้อนเลือดออก และแก้ไขเส้นเลือดที่ผิดปกติให้แข็งแรงขึ้นเพื่อจะได้ไม่แตกต่อไปในภายหน้า ในการที่จะวินิจฉัยสาเหตุ แพทย์จะต้องทำการตรวจร่างกายอย่างละเอียด โดยเฉพาะอย่างยิ่งในทางระบบประสาท และอาจจะต้องใช้การเจาะหลังและเอกซเรย์เป็นเครื่องช่วย

สมองของคนเรานั้นประกอบขึ้นด้วยสองส่วน ส่วนหนึ่งเป็นส่วนที่อยู่ลึก มีความสำคัญเกี่ยวกับการรู้ตัว การหายใจ การบังคับหัวใจ และอื่น ๆ ที่มีความสำคัญต่อชีวิต ถ้าหากว่าส่วนนี้เสียไปเนื่องจากเส้นเลือดแตกเข้าไปทำลายตั้งแต่ตอนแรกแล้ว โอกาสที่แพทย์จะช่วยก็น้อยมาก หรือไม่มีเลย เพราะการผ่าตัดเข้าไปในตำแหน่งนี้มิได้ช่วยให้สมองส่วนนี้ดีขึ้น

สมองอีกส่วนหนึ่งนั้น เป็นสมองส่วนที่อยู่ตื้นกว่า เป็นส่วนที่บังคับแขนขา ทั้งในความรู้สึก และการเคลื่อนไหว ถ้าหากสมองส่วนนี้เสียไป อาจทำให้เกิดมีอัมพาต หรือการชาขึ้นได้ โดยที่ผู้ป่วยไม่หมดสติ หรือหมดสติไปเพียงชั่วครู่แล้วกลับดีขึ้น ในส่วนนี้แหละที่แพทย์จะช่วยได้มาก ถ้าหากได้รับการผ่าตัดเอาก้อนเลือดออกและแก้ไขให้เส้นเลือดเป็นปกติ

การผ่าตัดสมองชนิดนี้เป็นการผ่าตัดใหญ่ และมุ่งหวังที่จะช่วยชีวิตหรือป้องกันไม่ให้เกิดการแตกของเส้นเลือดได้อีกในภายหลัง เป็นการกระทำที่มีประโยชน์ ถ้าหากเลือกใช้ในกรณีที่เหมาะสม

แพทย์ที่ผ่าตัดสมองต้องการความเข้าใจจากญาติผู้ป่วยอย่างมาก ในการรักษาโรคนี้ในผู้ป่วยเลวลงไป (เช่นก้อนเลือดอยู่ในสมองส่วนลึกของสมองดังกล่าวแล้ว) หรือถ้าทำผ่าตัดแล้ว ถึงแม้จะสำเร็จเรียบร้อยดีก็ตาม ผู้ป่วยอาจจะไม่ฟื้นคืนสติตลอดชีวิต

ในบางกรณีผู้ป่วยอาจจะดูเหมือนว่า อาการดีขึ้นแล้วจากการที่มีเส้นเลือดแตกในสมอง แต่แพทย์ก็อาจจะตัดสินใจทำผ่าตัด เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการแตกต่อไปอีกในภายหน้า เช่น กรณีเส้นเลือดโป่ง ซึ่งมีลักษณะเหมือนลูกระเบิดเวลา ที่อาจจะระเบิดเวลาใดเวลาหนึ่งต่อไปในภายหน้าได้

ปัญหาก็คือ ญาติผู้ป่วยพร้อมที่จะเข้าใจความยากลำบากเหล่านี้หรือไม่ ทำไมผู้ป่วยบางรายอาการหนักมาก แพทย์ไม่ทำผ่าตัด แต่ผู้ป่วยที่มีอาการดีขึ้น แพทย์กลับบอกว่าต้องทำผ่าตัด ผู้เขียนขอฝากเรื่องนี้ไว้ให้กับทุก ๆ คนว่า การเข้าใจและไว้ใจแพทย์ของท่านนั้นเป็นการกระทำที่มีค่ามากในการที่จะให้ท่านเองหรือบุคคลที่ท่านรัก ได้รับการรักษาอย่างดีที่สุด

นายแพทย์ สิระ บุณยะรัตเวช

หน่วยประสาทศัลยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี

๑๕ ตุลาคม ๒๕๑๗

ปวดต้นคอ (Cervical spondylosis)

มีบุคคลจำนวนไม่น้อยที่อยู่ในวัยกลางคนหรือใกล้ชราที่มีอาการปวดเมื่อยๆ บริเวณต้นคอ บางครั้งมีอาการปวดเสียวและร้าวไปที่ไหล่ สะบัก แขนและมือ บางคราวมีอาการชา และแขนไม่มีแรง บางคนมีอาการปวดเมื่อยร้าวไปท้ายทอย และทำให้ปวดหัว มึนงงร่วมด้วย

กลุ่มอาการเหล่านี้อาจเป็น ๆ หาย ๆ หรือนาน ๆ เป็นครั้ง หรือเป็นมากขึ้นเรื่อย ๆ อาการเหล่านี้บางคนเข้าใจว่า เกิดจากการตกหมอนบ้าง กล้ามเนื้อต้นคออักเสบบ้าง กระดูกต้นคอเคล็ดยอก ลมต้นคอ ฯลฯ เป็นต้น

อาการเหล่านี้ส่วนใหญ่เกิดจากภาวะเสื่อมสึกหรอของหมอนรองกระดูกต้นคอ และกระดูข้างเคียงซึ่งมักจะเกิดในคนที่เริ่มมีอายุมากขึ้น เมื่อหมอนรองกระดูกเริ่มเสื่อม จะมีหินปูนมาจับที่ขอบกระดูกที่อยู่รอบหมอนหนุนกระดูก หินปูนที่จับอยู่ตามขอบกระดูกอาจจะทิ่มแทงหรือระคายต่อเส้นประสาทที่ไปเลี้ยงไหล่และแขนซึ่งออกมาบริเวณนี้ บางครั้งอาจจะกดไขสันหลัง หรือระคายต่อเส้นเลือดที่ไปเลี้ยงไขสันหลังซึ่งอยู่ในโพรงของกระดูกคอ บางคนหินปูนเหล่านี้อาจจะกดเส้นเลือดที่ไปเลี้ยงสมอง ซึ่งอยู่ข้างกระดูกคอ

สรุปแล้ว คนที่เริ่มมีอายุมากขึ้นบางคนอาจจะมีอาการปวดเมื่อยบริเวณต้นคอเพราะว่าหมอนหนุนกระดูกเสื่อม ถ้ามีหินปูนไปทับหรือกดเส้นประสาท จะมีอาการปวดร้าวไปที่ไหล่แขนและมือได้ ต่อไปจะมีอาการชา และอ่อนกำลังของแขนนั้น ๆ ถ้าไปกดไขสันหลังหรือเส้นเลือดที่เลี้ยงไขสันหลัง จะทำให้ขาอ่อนกำลังลง เวลาเดินจะงุ่มง่าม เดินไม่สะดวก ปัสสาวะลำบาก ถ้าหินปูนไปกดหรือทับเส้นเลือดที่ไปเลี้ยงสมอง จะทำให้มีอาการวิงเวียนหน้ามืด เป็นลม เวลาหัน เงย หรือก้มคอ คนไข้ที่มาหาเราอาจมาด้วยอาการใดอาการหนึ่งหรือมาด้วยอาการทั้งหมดก็ได้ แล้วแต่ว่าจะเป็นมากน้อยเพียงไร

กลุ่มอาการดังกล่าวมาแล้วข้างต้น ส่วนใหญ่เกิดจากภาวะเสื่อมสึกหรอของหมอนหนุนกระดูกที่ต้นคอ แต่ว่ามีโรคอีกหลายชนิดที่อาจจะทำให้ผู้ป่วยมีอาการดังกล่าวมาแล้วได้

เช่น เนื้องอกบริเวณกระดูกต้นคอ มะเร็งที่อื่นที่ลามมาบริเวณนี้ การกระทบกระเทือนต่อหมอนหนุนกระดูก กระดูกต้นคอหรือเอ็น เนื่องจากการหกล้ม อุบัติเหตุทางรถยนต์ กระดูกต้นคออักเสบ ฯลฯ ผู้มีอาการดังกล่าวควรจะปรึกษาแพทย์เพื่อรับการวินิจฉัยที่ถูกต้อง

บุคคลที่มีอาการดังกล่าว ถ้าทิ้งไว้ไม่รักษาจะเกิดอะไรขึ้น

มีบุคคลจำนวนไม่น้อยที่มีอาการไม่มาก และประกอบธุรกิจได้ตามปกติ นอกจากปวดเมื่อยเป็นที่น่ารำคาญเท่านั้น อาการก็เป็น ๆ หาย ๆ ไม่ลุกลามต่อไป บางคนมีอาการเป็นมากขึ้นเรื่อย ๆ จะทำให้แขนขาชา อ่อนกำลังลงคล้ายเป็นอัมพาต บางคนก็ปวดมากจนทำมาหากินไม่ได้

การรักษา ระยะแรก ๆ อาจให้ยาช่วยลดการอักเสบ และบรรเทาความเจ็บปวดหรืออาจลองวิธีนวด อบ ดึงคอ ถ้าอาการไม่ดีขึ้นเท่าที่ควร หรือลุกลามไปเรื่อย ๆ แพทย์อาจจะพิจารณาผ่าตัด ซึ่งได้ผลดีมากในรายที่วินิจฉัยได้ถูกต้อง

นายแพทย์ มนัส วิมลเฉลา

หน่วยประสาทศัลยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี

โรคปวดหลัง

ปวดหลัง เมื่อยหลัง ทำให้อาชีพหมอนวดขึ้นหน้าขึ้นตา มีรายได้เดือนละเป็นหมื่น ๆ มีรายได้จนสามารถมีรถเก๋งนั่ง ทำให้สามีนอกใจภริยา ทำให้เกิดคำว่า ก๊อลฟหลุมที่ ๑๙ ขึ้น ทำให้โรงพยาบาลหลายแห่งมีงานทำจนล้นมือ บางคนปวดมากจนทำการงานไม่ได้ หมดอาชีพไปก็มี สาเหตุเป็นเพราะว่ามนุษย์นั้นต่างกับสัตว์ตรงที่เดินด้วยสองขา แทนที่จะเป็นสี่ขาเหมือนสัตว์ทั่ว ๆ ไปกระดูกสันหลังซึ่งแทนที่จะขนานไปกับผิวโลก กลับตั้งตรง ทำให้กระดูกสันหลังต้องรับน้ำหนักไว้ทั้งหมด อาการปวดต่าง ๆ จึงตามมา

ตอนเกิดมา กระดูกสันหลังของคนเรานั้นตรง พอเริ่มหัดยืน เดิน และเริ่มมีอายุมากขึ้นจนถึงวัยหนุ่มสาว ก็จะเริ่มมีส่วนโค้ง ส่วนเว้า เนื่องมาจากกระดูกสันหลังของคนเราเริ่มมีส่วนโค้งเกิดขึ้นบริเวณคอ และบริเวณส่วนหลัง ในผู้หญิงอาจจะมีส่วนโค้งมากกว่าผู้ชาย แต่ละเชื้อชาติก็ต่างกัน จะเห็นว่าพวกผู้หญิงนิโกรจะมีก้นงอนกว่าปกติ

กระดูกสันหลังมีหน้าที่นอกจากรองรับน้ำหนักตัว และยังเป็นผนังด้านหลังของช่องอกและท้องด้วย ซึ่งมีอวัยวะต่าง ๆ อยู่ทางด้านหน้า เช่น ลำไส้, ไต, มดลูก, กระเพาะปัสสาวะ และเส้นเลือดใหญ่ ๆ ที่มาเลี้ยงขา ภายในกระดูกส่วนหลังทำหน้าที่ ที่สำคัญที่สุดคือมีเส้นประสาทผ่านลงมาและไปเลี้ยงขา ธรรมชาติจึงพยายามทำให้กระดูกสันหลังนั้นแข็งแรงและมีกล้ามเนื้อต่าง ๆ เกาะยึดแน่นหนา และไปเกาะบริเวณของขาด้วย เพื่อจะทำให้เราเคลื่อนไหว คือ ยืน, เดิน, วิ่งได้ ตัวอย่างที่ดีที่พบบ่อย ๆ ในรายที่กระดูกหลังหัก จะเห็นว่าคนนั้นเป็นอัมพาตครึ่งตัวอุจจาระปัสสาวะเองไม่ได้

กระดูกคนทั้งหมดในร่างกายมี ๒๐๖ ชิ้น กระดูกสันหลังนั้นประกอบด้วยกระดูกคอ ๗, กระดูกหลังส่วนบน ๑๒, กระดูกหลังส่วนล่าง ๕, และกระดูกเชครัม ๕ แต่ติดเป็นชิ้นเดียวกัน กระดูกหางส่วนค็อกซิก ๓ ชิ้น

แต่ละชิ้นของกระดูกหลังจะมีข้อต่อซึ่งกันและกันต่างแน่นหนา ส่วนสำคัญระหว่างข้อต่อ มีส่วนซึ่งนิ่มกว่ากระดูกเราเรียกว่าหมอนรองกระดูก ซึ่งจะมีส่วนสำคัญจะกล่าวถึงภาย

หลัง หมอนรองกระดูกนี้มีหน้าที่ช่วยในการทำให้คนเรานั้นสูง ทำหน้าที่เป็น (ช๊อกแอบซอบเบอร์) เหมือนแหนบรถยนต์ ทำให้เรากระโดดจากที่สูง ๆ ลงมาได้โดยไม่เจ็บ คือกระดูกไม่มาชนกันเอง หมอนรองกระดูกมันจะรองรับไว้ให้เราคล้ายมีสปริง

กระดูกเชิงกรานจะเกาะอยู่ ๒ ข้างของกระดูกหลังส่วนที่เราเรียกว่า เซศรัม เพื่อให้กระดูกขาต่ออีกทีหนึ่ง

สาเหตุของโรคปวดหลัง

จะกล่าวเน้นไปถึงปวดหลังส่วนล่าง คือส่วนที่ต่ำกว่าสะดือลงมาเป็นส่วนใหญ่ ส่วนบนที่อยู่หลังทรวงอกนั้นพบน้อยมาก จะไม่กล่าวถึง

ถ้านึกถึงส่วนประกอบต่าง ๆ ที่กล่าวมาข้างต้น โรคต่าง ๆ ที่เกี่ยวกับส่วนประกอบและอวัยวะใกล้เคียง ก็จะทำให้เกิดอาการปวดหลังได้ เช่น เป็นนิ่วในไต เป็นต้น ดังนั้นจึงจะพยายามกล่าวถึงโรคของกระดูกสันหลังโดยเฉพาะ

๑. สาเหตุโดยกำเนิด พวกนี้พบน้อยในคนไทย คือ กระดูกสันหลังเติบโตไม่ปกติ ในบางคนจะเห็นเป็นก้อนเนื้อ ถุงน้ำยื่นออกมาข้างหลัง ภายในถุงน้ำหรือที่เราเห็นเป็นก้อนนั้น อาจมีส่วนของประสาทยื่นออกมาด้วย เด็กพวกนี้บางคนจะเป็นอัมพาตมาแต่เกิดเลยก็เป็นได้ บางคนพอเดินได้เมื่อได้รับการแก้ไขโดยการผ่าตัด แต่เมื่อโตขึ้นพอเริ่มหัดยืน เดิน วิ่ง กระดูกสันหลังหลักซึ่งไม่แข็งแรงอยู่แล้ว จะเกิดมีการงอหรือคด ทำให้อาการปวดหลังตามมาได้

๒. สาเหตุจากตัวเชื้อโรค พบบ่อยที่สุดในประเทศของเราคือ เชื้อวัณโรค เชื้อโรคพวกนี้จะเกาะกินส่วนหมอนรองกระดูกก่อน ต่อไปก็จะไปกินตัวกระดูกสันหลังเอง มาก ๆ เข้าจะเกิดเป็นฝี มีหนองใหญ่โต ทำให้ตัวกระดูกกร่อนและแฟบเข้ามาหากัน จะเห็นพวกที่หลังโก่งแต่เด็ก ๆ พวกเหล่านี้เป็นพวกที่เกิดจากเชื้อวัณโรคแทบทั้งสิ้น แล้วได้รับการรักษาไม่เพียงพอ

๓. เกิดจากภยันตรายที่รุนแรง พบบ่อยที่สุดคือ รถยนต์ รถมอเตอร์ไซค์คว่ำรองลงมาได้แก่พวกที่ตกลงมาจากที่สูง พวกนี้มักมีอาการรุนแรงจนถึงขั้นเป็นอัมพาตของขาได้ เพราะกระดูกที่แตกหัก จะไปกดประสาทที่มาเลี้ยงขา

๔. ภยันตรายชนิดที่ไม่รุนแรง อันนี้เป็นอันที่จะกล่าวถึงมากที่สุด เพราะเป็นโรคที่พบได้บ่อยที่สุด และเป็นโรคที่เรื้อรัง รักษาไม่ค่อยหายขาด ได้แก่พวกที่เป็นนักกีฬาเกือบทุกชนิด ฟุตบอล รักบี้ วิ่ง ต่อยมวย พวกที่ไม่ใช่นักกีฬา ได้แก่พวกที่ทำอะไรเกินตัว เช่น ก้มลงยกของหนัก ๆ จากพื้น พวกที่ยกหรือเข็นรถยนต์ ภาวะเช่นนี้เรามักจะลืมตัวเอง ลืมสงสารกระดูกหลังที่รับใช้เรามาเป็นสิบปี ๆ จะทำให้กล้ามเนื้อหลัง เอ็นต่าง ๆ ที่ยึดไว้กระดูกสันหลังได้รับอันตราย เช่น มีกล้ามเนื้ออักเสบ เอ็นยึด หมอนรองกระดูกเคลื่อนจนถึงกับทำให้กระดูกสันหลังเคลื่อนที่และหักได้

๕. โรคของกระดูกในคนสูงอายุ อายุมากขึ้นกระดูกก็กร่อนลงไปตามวัย อาจมีกระดูกที่ร่างกายพยายามสร้างขึ้นใหม่ เราเรียกว่ากระดูกงอกเล็ก ๆ (ออสทีโอไฟท์) มาเกาะ ถ้าพวกที่หลังไม่ค่อยดีอยู่แล้วตั้งแต่วัยหนุ่นสาว ก็จะทำให้อาการเลวมากขึ้น เมื่อวัยสูงขึ้นจะมีอาการปวด

๖. เนื้องอก ของกระดูก ของประสาท จะเป็นมะเร็งหรือไม่ใช่ก็ตาม

อาการต่าง ๆ ของโรคปวดหลัง

เมื่อกล่าวถึงเรื่องปวดเจ็บ ธรรมชาติได้สร้างประสาทที่เกี่ยวกับความเจ็บปวดขึ้นมาก็เพื่อใช้เป็นการป้องกันตัวเอง ยกตัวอย่างเช่น เราเอามือไปถูกไฟ ถูกเข็ม ถูกความร้อน เราจะรีบชักมือออกทันที ถ้าไม่เช่นนั้นเราก็จะได้รับอันตรายเพิ่มขึ้น จะทำให้ผิวหนัง กล้ามเนื้อไหม้เป็นแผลมากขึ้น ขณะเดียวกันอาการเจ็บปวดก็ทำให้เราทรมาน ทนทุกข์

อาการปวดหลัง จะมีมากน้อยก็แล้วแต่สาเหตุ แต่ละบุคคล และหลาย ๆ อย่างด้วยกัน จะเห็นว่าบางคนได้รับบาดเจ็บเหมือน ๆ กัน แต่คนหนึ่งทนได้มากกว่าอีกคนหนึ่งเป็นต้น ปวดหลังก็เช่นกัน ถ้าปวดหลังเกี่ยวกับตัว กล้ามเนื้อ ตัวกระดูกเอง หรือเอ็นต่าง ๆ ที่ยึดหลังอยู่ พวกนี้มักจะปวดอยู่กับที่ไม่ร้าวไปที่ใด แต่พวกที่ปวดหลังแล้วร้าวไปที่ต่าง ๆ ส่วนใหญ่จะร้าวไปที่ก้นกบ ร้าวไปที่โคนขาทั้งด้านหน้าและด้านหลัง ร้าวไปที่ขาส่วนล่างจนถึงน่องและข้อเท้า อาการปวดเหล่านี้แสดงว่า โรคนั้นได้มีส่วนไปกดเส้นประสาทเข้าด้วย บางคนมีจะอาการของขาไม่มีแรง และอาจจะเป็นอัตพาตส่วนใดส่วนหนึ่งของขาร่วมด้วย พวกนี้ต้องได้รับการดูแลจากแพทย์ เพื่อวินิจฉัยโรคและให้การรักษาที่ถูกต้องต่อไป

โรคที่พบบ่อยที่สุด คือโรคของหมอนรองกระดูกเคลื่อนแล้วมากดเส้นประสาทดังที่กล่าวแล้วว่าหมอนรองกระดูกทำหน้าที่รองรับน้ำหนัก เป็นตัวรองรับให้การยืดหยุ่น พวกนี้เมื่อมันเคลื่อนออกจากที่มันก็จะไปกดเส้นประสาท ซึ่งวิ่งอยู่ภายในโพรงของกระดูกสันหลังผู้ป่วยมีอาการปวดหลังขณะนั่ง ยืน เดิน เริ่มแรกก็จะปวดเวลาเดิน ปกติเดินได้วันละ๒–๓ กิโลเมตร ต่อมาเดินได้แค่ ๑ กิโลเมตรก็ปวด ต่อมาเดินได้แค่เสาไฟฟ้าก็ปวด ต่อมายืนก็ปวดนั่งก็ปวด แม้แต่นอนบางท่าก็ปวด ปวดบางครั้งก็อยู่กับที่ บางครั้งก็ร้าวมาที่ขา ต่ำลงมาเรื่อย ๆ จนถึงปลายเท้า บางคนอาการหนักมากขึ้น ปัสสาวะก็ไม่ได้ ความรู้สึกทางเพศก็หมดไป อวัยวะสืบพันธ์ในผู้ชายจะไม่แข็งตัว

โรคนี้พบได้ทุกวัย ตั้งแต่อายุ ๑๘–๑๙ จนถึงอายุ ๗๐–๘๐ พวกนี้จะมีประวัติว่าก้มลงยกของหนัก ๆ มีประวัติรถยนต์ชนกัน กระโดดจากที่สูง ๆ ลงมาเป็นต้น แล้วก็จะเริ่มมีอาการปวด

วิธีปฏิบัติ ในขั้นแรกที่เริ่มมีอาการปวด ส่วนมากหลังจะแข็ง เพราะกล้ามเนื้อจะช่วยทำหน้าที่เป็นเฝือกชนิดหนึ่ง (จะเห็นว่าธรรมชาติเรานั้นดีมาก) ช่วยยึดไม่ให้กระดูกเคลื่อนไหว เมื่อมีอาการเคลื่อนไหวน้อย อาการปวดก็จะลดลง บางคนถ้าเป็นไม่มาก ให้นอนพักงานสัก ๔–๕ วัน กินยาแก้ปวดธรรมดา ๆ อาการอักเสบต่าง ๆ อาจจะหายไปเองได้ ข้อสำคัญการนอนพักต้องนอนให้ถูกท่า ต้องนอนบนพื้นแข็ง ห้ามนอนบนที่นอนเตียงสปริงหรือที่นอนที่นิ่มมาก ๆ พวกนี้จะทำให้หลังงอ จะทำให้มีอาการปวดมากขึ้น ถ้าจะนอนบนฟูก ต้องนอนบนฟูกบาง ๆ แล้วมีไม้กระดานแข็ง ๆ รองใต้ฟูกอีกทีหนึ่ง พยายามนอนมาก ๆ และกินยาแก้ปวด ถ้านอนแล้ว ๒–๓ วันไม่ดีขึ้น ควรจะมาปรึกษาแพทย์ทั่วไป หรือแพทย์เฉพาะทาง

แพทย์จะทำอะไรให้

๑. แพทย์จะทำการตรวจร่างกาย เพื่อจะดูให้แน่ชัดว่าเป็นเกี่ยวกับอะไรแน่

๒. แพทย์จะวินิจฉัยโรคแล้ว ส่งไปทำเอกซเรย์

๓. ถ้าแพทย์สงสัยว่าจะเป็นโรคอะไรที่รุนแรงมีอะไรไปกดบริเวณประสาท อาจจะส่งไปทำการรักษาวิธีง่าย ๆ ก่อน คือ ใช้ความร้อนอบ ใช้ดึงหลัง ให้ยากิน

ถ้ารักษาวิธีง่าย ๆ ไม่ได้ผล แพทย์จะส่งไปยังแพทย์เฉพาะทางซึ่งอาจจะต้องทำ

๔. เจาะหลังแล้วฉีดสีเข้าไขสันหลังดูว่าเป็นอะไร หมอนรองกระดูกอันที่เท่าไหร่ไปกดเส้นประสาท

๕. ถ้าพบสิ่งผิดปรกติ แพทย์อาจจะแนะนำให้เข้าโรงพยายาลเพื่อจะทำการรักษาและผ่าตัด เอาส่วนที่กดประสาทออก

ถ้าพบว่าอาการปวดหลังหลายวัน เห็นว่าอาการไม่ดีขึ้น ควรจะไปปรึกษาแพทย์ อย่าได้เรียกคนมาเหยียบ อาจจะทำให้อาการต่าง ๆ เลวลง หรือไปหาหมอมานวดเองดังที่ชาวบ้านชอบทำกัน.

นายแพทย์ ธนิต เธียรธนู

หน่วยประสาทศัลยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี

โรคอัมพาต

โรคอัมพาตเป็นโรคที่พบได้บ่อยในคนวัยชรา หรือวัยกลางคน จากตัวเลขสถิติพบว่าโรคนี้มีความสำคัญเป็นอันดับสามที่ทำให้ผู้ป่วยในโรงพยาบาลเสียชีวิต หรือพิการ เมื่อเป็นโรคนี้ แขน ขา อ่อนแรง ชาหรือหมดความรู้สึกไปในเวลารวดเร็ว อาจจะเกิดขึ้นขณะที่ตื่นหรือขณะหลับก็ได้ บางรายมีอาการปวด และเวียนศีรษะนำมาก่อน แต่บางคนไม่มีถ้าอาการของโรคหนักผู้ป่วยจะหมดสติทุกราย.

ในทัศนของประชาชนทั่วไป โรคอัมพาตเป็นโรคอันตราย และน่ากลัวเป็นแล้วรู้สึกจิตใจหดหู่ท้อแท้ มีความรู้สึกว่าความตายกำลังใกล้เข้ามา แขนขาตายไปครึ่งซีกแล้วที่เหลืออีกซีกจะตายเมื่อใดก็ได้

สาเหตุของโรคอัมพาตอยู่ที่เส้นเลือดไปเลี้ยงสมอง เส้นเลือดอาจแตกหรือตันก็ได้ ถ้าเกิดแตกหรือตันบริเวณศูนย์ที่ควบคุมการเคลื่อนไหวแขนขาก็จะทำให้แขนขา อ่อน แรง หรือหมดแรง ถ้าเป็นกับประสาทที่มีหน้าที่รับความรู้สึกจะทำให้มีอาการชา ถ้าเป็นที่สมองเล็กส่วนหลังแขนขาจะสั่นและเปะปะเวลาใช้งาน ถ้าแตกที่แกนสมองส่วนกลางที่ควบคุมการหลับตื่น คนไข้จะหมดสติทันที จะเห็นว่าพยาธิสภาพเกิดได้ในส่วนต่าง ๆ ของสมอง แน่นอนการดำเนินของโรค การรักษา ก็เปลี่ยนแปลงไปตามส่วนของสมองที่เกิดโรค และตามพยาธิสภาพของโรคด้วย ถ้าเส้นโลหิตตันก็ให้การรักษาอย่างหนึ่ง

ถ้าเส้นโลหิตแตกก็ให้การรักษาอีกแบบหนึ่ง การให้การรักษาของแพย์นั้น คิดละเอียดและลึกซึ้งมาก คนไข้สองคนเป็นโรคเส้นโลหิตของสมองแตกเหมือนอัน อาจได้รับการรักษาที่ไม่เหมือนกันก็ได้

ทำไมเส้นโลหิตจึงแตกหรือตัน คิดง่าย ๆ ตามหลักของพุทธศาสนาที่สอนว่าถ้ามีกรรมก็ต้องมีการกระทำหรือมีผลก็ต้องมีเหตุ เหตุที่สำคัญที่สุดในเรื่องนี้ คือ อายุ หรือวัยชราถ้าท่านได้มีโอกาสเห็นเส้นเลือดในสมองคนอายุ ๒๐ ปี กับคนอายุ ๕๐ ปี จะเห็นความแตกต่างชัดเจน เส้นเลือดของคนอายุน้อยนั้นใส บาง สะอาด ยืดหยุ่นได้มาก และเส้นผ่าศูนย์กลางกว้าง ส่วนเส้นเลือดของคนสูงอายุนั้นมีลักษณะเกือบตรงกันข้าม คือดูขุ่นมัว

ขรุขระ เนื่องจากมีไขมันและแคลเซี่ยมไปเกาะความยืดหยุ่นลดลงไปมาก ขนาดผ่าศูนย์กลางแคบลงสมรรถภาพการทำงานเสื่อมลง เปราะและแตกง่าย การเปลี่ยนแปลงของหลอดโลหิตในสองก็คล้ายคลึงกับท่อประปาที่วางอยู่ตามถนนหรือข้างบ้าน ระยะแรกท่อใหม่ดูสะอาดน้ำไหลผ่านได้ดี พอใช้งานไปนาน ๆ ก็มีสนิม และตะกอนไปจับทำให้ขนาดผ่าศูนย์กลางเล็กลง นอกจากนั้นยังเปราะและแตกง่าย จะเห็นอยู่บ่อย ๆ ว่าท่อประปาแตกที่โน่นบ้างที่นี่บ้าง หรือถ้าไม่แตกก็อุดตัน ลักษณะนี้ก็เหมือนกับหลอดโลหิตในสมองที่อาจจะแตกหรือตันตามส่วนต่าง ๆ ของสมองตามที่กล่าวมาแล้ว

สาเหตุที่สำคัญรองลงมา ได้แก่ โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน ภาวะที่ระดับไขมัน และยูริคเอซิตสูงกว่าปกติ โรคและพยาธิสภาพเหล่านี้จะเป็นตัวเร่งส่งเสริมและสนับสนุนให้การแข็งตัว การ แตก และการ อุดตัน ของหลอด โลหิตเกิด เร็วขึ้น และง่าย ขึ้น เพราะฉะนั้นคนที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง และหรือโรคเบาหวานจึงมีโอกาสที่จะเป็นโรคอัมพาตมากกว่าคนที่ไม่มีโรคนี้

โรคอัมพาตถ้าเกิดขึ้นในคนอายุน้อย สาเหตุหรือพยาธิสภาพของหลอดเลือด มักแตกต่างจากที่พบในคนวัยชรา การอุดตันมักเกิดจาก.—

ภาวะหลอดโลหิตในสมองอักเสบ ซึ่งอาจจะเป็นผลของกามโรค วัณโรค หรือโรคคอลลาเรน

โรคเส้นโลหิตในสมองผิดปกติมาแต่กำเนิดมีลักษณะบางโป่ง แตกหรือตันง่าย

โรคหัวใจ เช่น โรคลิ้นหัวใจรั่ว หรือโรคหัวใจเต้นไม่สม่ำเสมอ

— การพยาบาลผู้ป่วยในภาวะฉุกเฉิน ถ้าผู้ป่วยหมดสติควรให้นอนราบ ศีรษะตะแคงไปข้างใดข้างหนึ่ง ประโยชน์ของการนอนตะแคงศีรษะคือให้ลิ้นห้อยลงมาติดกับพื้น ป้องกันไม่ให้ตกลงไปกองอยู่ข้างในซึ่งอาจจะไปปิดทางเดินของท่อลมหายใจได้ง่าย ประโยชน์อีกข้อหนึ่งคือ คนไข้ที่เป็นอัมพาตจำนวนไม่น้อยที่มีการอาเจียนออกมาในขณะที่กำลังหมดสติหรือหลังจากหมดสติ ถ้านอนตะแคงเศษอาหารจะออกจากปากลงมากองข้างศีรษะ ถ้านอนหงายเศษอาหารอาจเข้าไปอุดท่อลมหายใจ ผู้ป่วยเสียชีวิตทันทีก่อนถึงโรงพยาบาลก็ได้ ถ้าผู้ป่วยไม่เสียชีวิตเพราะเศษอาหารอุดหลอดลมก็อาจจะเสียชีวิตเพราะโรคแทรกปอดบวมได้ โรคที่ทำให้คนไข้อัมพาตตายมากที่สุดคือโรค ปอดอักเสบ หรือปอดบวม

-การนำส่งโรงพยาบาลควรทำทันที ไม่ควรลังเลหรือรีรอ เพราะช่วงระยะเวลา ๕-๗ วันแรกมีความสำคัญต่อการรักษาและพยากรณ์ของโรคนี้มาก ปกติหลังจากเส้นโลหิตสมองแตกหรือตันสมองจะบวมถ้าสมองบวมมากจะทำให้อาการทรุดลง ถ้ามาโรงพยาบาลเร็วการให้ยาแก้สมองบวมอาจช่วยได้บ้าง ทำให้โรคเป็นน้อยลงและหายเร็วขึ้น

-การรักษาในโรงพยาบาล ขั้นแรกก่อนจะให้การรักษา แพทย์ต้องแน่ใจว่าเป็นโรคอัมพาตจริงเสียก่อน มีโรคอยู่หลายโรคที่ตามทัศนของคนทั่วไปว่าเป็นโรคอัมพาตแต่ตามทัศนของแพทย์ไม่ใช่โรคอัมพาตที่แท้จริง ตัวอย่างเช่นโรคเนื้องอก หรือมะเร็งในสมองบางครั้งบางคราวโรคนี้อาจมีอาการแสดงเหมือนโรคอัมพาต จากสถิติพบว่ามีคนไข้ประเภทนี้อยู่ ๕-๑๐% ถ้าเป็นโรคเนื้องอกชนิดลอยไม่มีราก การผ่าตัดทำให้โรคหายขาดได้ แต่ถ้าสำคัญผิดคิดว่าเป็นอัมพาตธรรมดาอาจทำให้ผู้ป่วยเสียชีวิต หรือทราบว่าเป็นโรคนี้เมื่อสายเสียแล้ว ในทำนองเดียวกันโรคฝีในสมอง โรคโลหิตคลั่งในสมอง โรคลมชัก โรคปลายประสาทอักเสบและโรคประสาทสมองเส้นที่เจ็ดเสียไป อาจมีอาการแสดงที่ทำให้ประชาชนเป็นจำนวนไม่น้อยเข้าใจผิดว่าเป็นโรคอัมพาต การสำคัญผิดเหล่านี้ผู้เขียนพบอยู่เป็นประจำการวินิจฉัยแยกโรคอาจมีความจำเป็นต้องทำการตรวจพิเศษ เช่น ฉีดสีเข้าหลอดโลหิตในสมองแล้วเอกซเรย์ดูการตรวจด้วยรังสีไอโซโทปเป็นต้น

เมื่อทราบว่าเป็นโรคอัมพาตแล้ว ก็ต้องแยกให้ได้ว่าเป็นชนิดหลอดโลหิตตันหรือหลอดโลหิตแตกและเกิดการแตก-ตัน ขึ้นที่ส่วนใดของสมอง เพราะการรักษาเส้นโลหิตแตกไม่เหมือนกับเส้นโลหิตตัน การแยกนี้ต้องอาศัยความรู้และความชำนาญเป็นพิเศษ

การผ่าตัดช่วยได้มาก และให้ผลดีมาก เฉพาะบางรายที่ก้อนเลือดอยู่ในสมองใหญ่ส่วนหน้า การเลือกว่ารายไหนควรรับการรักษาด้วยการผ่าตัด รายไหนไม่ต้องผ่าตัดต้องอาศัยความเชี่ยวชาญของแพทย์เป็นพิเศษถ้ามีก้อนเลือดอยู่ในสมองเล็กส่วนหลัง การรักษาต้องเป็นการผ่าตัดเกือบทุกราย และมักได้รับผลดีเกือบทุกรายถ้าทราบว่าเป็นโรคนี้ในระยะแรก

กายภาพบำบัด การนวด อบ กระตุ้นด้วยเครื่องไฟฟ้าก็ช่วยได้มาก โดยเฉพาะในระยะแรกที่ผู้ป่วยไม่สามารถเคลื่อนไหวส่วนที่เป็นอัมพาตได้ด้วยตัวเอง ถ้าให้การรักษาให้ถูกวิธีจะทำให้การแข็งตัวและหดตัวของกล้ามเนื้อลดลงหรือหายใจ

–อุปสรรคสำคัญที่ทำให้โรคนี้ไม่หาย หรือหายช้ากว่าที่ควรเป็นคือ กำลังใจของคนไข้ เนื่องจากโรคนี้เป็นโรคที่หายช้า และบั่นทอนกำลังใจของผู้ป่วยได้มาก ถ้าไม่เตรียมตัวเตรียมใจไว้ให้ดีในระยะแรก ผู้ป่วยอาจหมดกำลังใจเสียก่อนที่โรคจะเริ่มดีขึ้นก็ได้ เมื่อถึงตอนนั้น ถึงแม้ญาติพยายามปลอบโยน แพทย์ให้ยาอย่างเต็มที่ก็ช่วยผู้ป่วยได้ยากหรือได้น้อย จากประสพการณ์ที่ผ่านการรักษาคนไข้โรคอัมพาตมาเป็นจำนวนมาก สิ่งที่จำเป็นที่สุดที่จะทำให้โรคนี้หายได้ คือ กำลังใจของผู้ป่วยเอง ถ้าผู้ป่วยมีกำลังใจเป็นเยี่ยมหรือดีมาก รู้สึกว่าโรคจะหายเป็นที่น่าพอใจเกือบทุกราย ถึงแม้จะมีอาการมากในระยะแรก ผู้เขียนยังจำผู้ป่วยชายจีน อายุประมาณ ๕๐ ปี ที่เป็นอัมพาตแขนขาข้างขวาไม่มีแรงและไม่รู้สึกตัวทันทีการฉีดสีเข้าหลอดโลหิตพบว่าเส้นเลือดใหญ่ในสมองอุดตัน ระยะแรกคิดว่าผู้ป่วยอาจไปไม่รอดเพราะนอนไม่รู้สึกตัวอยู่สองสัปดาห์ สี่เดือนผ่านไปแขนขายังเคลื่อนไหวไม่ได้แม้แต่น้อยผู้เขียนคิดว่าผู้ป่วยรายนี้คงไม่มีโอกาสเดินได้อีกแล้ว อีกสองเดือนต่อมาผู้ป่วยเริ่มขยับขาได้ ประมาณหนึ่งปีหลังจากเส้นเลือดอุดตันผู้ป่วยเริ่มเดินได้ และพูดได้เป็นคำ ๆ เหมือนเด็กเล็ก ๆ เมื่อครบปีที่สองก็สามารถเดินไปไหนมาไหนได้เองและพูดเป็นประโยคได้ ผู้ป่วยรายนี้มีโรคหัวใจด้วย ถึงแม้จะมีสองโรคในเวลาเดียวกันแต่เนื่องจากกำลังใจดีเยี่ยมจึงหายจากโรคได้เกือบเป็นปกติ

–การป้องกัน เท่าที่ทราบกันทั่วไปโรคอัมพาตมักเป็นขึ้นมาทันทีโดยไม่มีอาการเตือน ในคนที่เป็นโรคนี้ถ้าซักประวัติให้ดี หรือคนไข้เป็นคนช่างสังเกตจะพบว่าประมาณหนึ่งในสี่คนจะมีอาการนำหรืออาการเตือนมาก่อน อาการเตือนอาจออกได้หลายแบบ เป็นต้นว่า แขนขาชา หรือไม่มีแรงไปชั่วครู่แล้วหายไป เวียนศีรษะตาพร่าแล้วก็หายไป ถ้ามีอาการดังกล่าวแพทย์ให้ทานยากันโลหิตแข็งตัวอาจช่วยให้เส้นโลหิตไม่อุดตัน หรือการอุดตันของหลอดเลือดลดลง สำหรับคนที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคไขมัน และยูริคแอซิดในเลือดสูงก็ควรได้รับการรักษาที่ถูกต้องจากแพทย์

–การปฏิบัติภาระกิจประจำวันก็มีส่วนสำคัญในการป้องกันโรคนี้เหมือนกัน การดื่มน้ำ ถ้าดื่มน้ำน้อยเกินไป โลหิตจะมีความเข้มข้นสูงขึ้น การไหลเวียนจะไม่ดีเท่าที่ควรทำให้มีโอกาสเกิดการอุดตันของหลอดโลหิตในสมองมากขึ้น การดื่มน้ำน้อยมีผลเสีย แต่ถ้าดื่มน้ำมากมีผลดี ช่วยทำให้ร่างกายสดชื่นและการไหลเวียนของโลหิตเป็นปกติ การดื่มน้ำให้

พอเมาะแก่ความต้องการของร่างกายอาจทำได้ทางทฤษฎีแต่ยากแก่การปฏิบัติเพราะต้องคอยวัดคอยตวงเสียเวลาโดยเปล่าประโยชน์ เพราะฉะนั้นวิธีง่าย ๆ ที่จะให้ได้น้ำเท่าที่ร่างกายต้องการอยู่เสมอ คือดื่มน้ำให้มากเกินความต้องการแล้วปล่อยให้ไตทำหน้าที่กำจัดน้ำที่เกินความต้องออกไปข้อเสียของการดื่มน้ำมากมีอยู่อย่างเดียว คือต้องเข้าห้องน้ำบ่อย บางคนกลัวดื่มน้ำมากแล้วมีผลเสียทำให้อ้วนหรือแขนขาบวม น้ำจะไปคลั่งอยู่ข้างในท่วมปอด ท่วมหัวใจ เรื่องนี้ไม่เป็นความจริง ตามหลักของวิทยาศาสตร์ทางแพทย์ การออกกำลังกาย ถ้าทำให้พอเหมาะและไม่สม่ำเสมอทุกวันก็มีประโยชน์มาก เพราะการออกกำลังกายเป็นวิธีง่าย ๆ ที่ทำให้การไหลเวียนของโลหิตแผ่ไปทั่วสมองและส่วนอื่น ๆ ของร่างกาย ทำให้การไหลเวียนของโลหิตและการขับถ่ายของเสียออกจากร่างกายเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ วิธีออกกำลังกายง่าย ๆ คือการเดิน การสบัดแขน ขา และการวิ่งถ้ามีเวลาจำกัดใช้วิธีวิ่งอยู่กับที่ก็ได้ ใช้เวลาประมาณ ๕–๑๐ นาที ตอนเช้าทุกเช้า การทำงานและการใช้สมอง ก็มีส่วนเกี่ยวข้องอยู่ด้วย การคร่ำเคร่งในการงาน วิตกกังวล นอนไม่หลับ พักผ่อนไม่เพียงพอมีส่วนช่วยให้โอกาสที่จะเกิดโรคอัมพาตมีมากขึ้น การทำจิตให้มีสมาธิและทำใจให้แจ่มใสอยู่เสมอจึงมีส่วนในการป้องกันโรคอัมพาตและโรคอื่น ๆ ด้วย

นายแพทย์ประเสริฐ บุญเกิด

หน่วยประสาทวิทยา โรงพยาบาลรามาธิบดี

พิมพ์ที่รุ่งเรืองการพิมพ์ 14/35 ประดู่ 1 ถนนเจริญกรุง ยานนาวา ครุงเทพมหานคร
นายสมชาติ รุ่งเรือง ผู้โฆษณา 2519 โทร. 2891973